



Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Institutionen för stad och land

Fängelseanstalter – välgörande utemiljöer

ett gestaltungsförslag för en ny rastgård på Saltviks anstalt i Härnösand

Malin Edström
Avdelningen för landskapsarkitektur
Examensarbete vid landskapsarkitektprogrammet, Uppsala 2016

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap

Institutionen för stad och land, avdelningen för landskapsarkitektur, Uppsala

Examensarbete för yrkesexamen på landskapsarkitekturprogrammet

EX0504 Självständigt arbete i landskapsarkitektur, 30 hp

Nivå: Avancerad A2E

©2016 Malin Edström, e-post: edstrom.malin@gmail.com

Titel på svenska: Fängelseanstalter - välgörande utemiljöer. Ett gestaltungsförslag för en ny rastgård på Saltviks anstalt i Härnösand

Title in English: Prisons - Healing Outdoor Environments. A proposal for a new exercise yard at Saltvik prison in Härnösand

Handledare: Petter Åkerblom, institutionen för stad och land

Examinator: Hildegun Nilsson Varhelyi, institutionen för stad och land

Biträdande examinator: Anna Lundvall, institutionen för stad och land

Omslagsbild: rakbladstråd, <https://pixabay.com/en/barbed-wire-wire-court-security-765484/>

skor i gräs, <https://pixabay.com/en/handmade-sneakers-colorful-painted-791693/>

fjäril, <https://pixabay.com/en/butterfly-orange-purple-plant-1250863/>

Upphovsrätt: Samtliga bilder/foton/illustrationer/kartor i examensarbetet publiceras med tillstånd från upphovsman Originalformat:

A3 och illustrationsplan A2

Nyckelord: rastgård, välgörande grönska, fängelseanstalt, kriminalvård

Online publication of this work: <http://stud.epsilon.slu.se>

Förord

Detta examensarbete är det sista arbete jag utför under mina fem år vid Sveriges lantbruksuniversitet, Ultuna inom ramen för min utbildning till landskapsarkitekt. Arbetet motsvarar 20 veckors heltidsarbete och innehåller en litteraturundersökning om välgörande grönska, presentation av tre referensexempel och ett gestaltungsförslag för Saltviks anstalt.

Titeln till arbetet fick jag på förslag från Axel Thorén, Anna Axling, Linus Edström och Carl Arnö (landskapsarkitekter på Tyréns i Sundsvall och Umeå) som jag var i kontakt med. Arbetet fick sin specifika inriktning mot Saltviks anstalt efter kontakt med Kriminalvården och Specialfastigheter.

Jag är särskilt tacksam för stödet från Linda Romanus, Kriminalvården, som gav mig tro på uppgiften när jag behövde det som mest, Daniel Blom, Marcus Kindbom och Kjell-Arne Sköld inom Kriminalvården som givit mig möjligheten att arbeta med rastgården på Saltviks anstalt, Ulla Myhr, SLU, som tog sig tid för mig när jag behövde det och min handledare Petter Åkerblom som vänligt, tydligt och konstruktivt guidat mig i arbetet.

**“First we shape our dwellings;
and afterwards they shape us.”**

“Först formar vi våra byggnader; och därefter formar de oss.”

Winston Churchill, 1943. Speech in the House of Commons.

Summary

The Saltvik Prison is a high security prison located just north of the city of Härnösand on the east coast of Sweden. Because of the high priority of safety there are restrictions on how the inmates are allowed to move within the prison. They must for example stay in fenced exercise areas during their stay outdoors. At the time 62 of the 126 inmates has access to two small exercise yards 15 x 30 meters big. Because they recently have received 6 youths who need to be kept separated from the other inmates they are in need of a new exercise yard. They are planning to build another exercise yard adjacent to the existing ones.



This study examines how a new exercise yard could be designed to have a positive impact on the inmates and provide a safe environment for both the inmates and the prison officers. The goal of this work is a design proposal for a new exercise yard with therapeutic characteristics at Saltvik Prison.

As a background to the design proposal, a literature survey was carried out to examine evidence for the beneficial effects on health and design guidelines for therapeutic green environments. The survey found that people feel better while spending time in green environments, preferably nature. At various institutions such as hospitals, prisons and psychiatry it is proven that people feel better and recover faster when they have access to nature. During history, medical institutions have been built in beautiful green environments for the patients to recover better. During the latter half of 2000:th century the medicines got a bigger role in

the treating of patients and nature a smaller. Surveys show that patients at hospitals recover faster and use less painkillers during recovery from surgery if they have a view of nature through their window compared to patients with a view of a brick wall. In addition, inmates at prison searched less medical care if they had a view of nature compared to inmates with a view towards other inmates' rooms. Other studies show that it is important to rest from active attention otherwise people can get exhausted. People can rest their mind from active attention through fascination, for example by being in nature.

Further more, the literature survey show that people are attracted by various green areas. It presents evolutionary theories that people are drawn to environments that are perceived to be a good place to live. A safe place where it is possible to grow food and find water. It is proven that people prefer a place with spread trees and a smooth ground. People are also drawn to different kinds of nature depending on their needs. People's needs depend on what kind of activity and personal engagement they are up for. For example can a person feeling exhausted prefer a place that provide shelter and a person feeling good prefer a place providing space.

Three operations that use nature to help people who come there have been role models for the design of the new exercise yard of Saltvik Prison. These are Halden Fengsel a Norwegian prison, Green Rehab in Gothenburg and The Alnarp Rehabilitation Garden in Alnarp, the latter two are organizations helping people recover from stress-related illness. The outdoor environments of the operations is designed to ease mental pressure and support desired activities, both active and calm, alone or together with



people. Halden fengsel are designed to ease mental pressure so there are nothing threatening in the surroundings. The main design thought in the outdoor environment is that a natural blueberry wood with large pines and the naturally, uneven ground are saved inside the walls so it connects to the forest outside and contribute with a experience of nature.

The two rehabilitation gardens are designed with a focus to provide places for demanded activity and with a goal to stimulate the mind and body in different ways. The gardens show an example of how rehabilitating gardens can be formed. Elements, room dimensions and important components in the gardens are places to be alone, large, open space, places with high complexity and clear divisions of the garden. The staff describe the environment as a good condition for personal development, and the work and influence of the people working there as important to start and proceed a personal journey of personal development.



The program of the new exercise yard is based on the current requirements and opportunities for an exercise yard at Saltvik Prison, the requests of the staff at the prison and conclusions from the literature survey and gained knowledge from the role models. The current requirements are for example that the yard have to be surrounded with a 5 meter high fence with razor wire on top and a sentry-box should be placed at the threshold to the exercise yard and it have to be able to overlook the yard from the sentry-box. The requirements of the staff is based on the demands they have noticed among the inmates using the exercise yards. The requirements is a lawn for sunbathing and ball sports, outdoor training, shelter from the weather and a area to grow vegetables for inmates with self catering. In the result from the literature survey and from the role model environments the exercise yard should be designed as a green environment that are perceived as a good place to live, a place where people can oversee the surroundings, have spread trees and a smooth ground, that it should be readable and safe and have rehabilitating environments that encourage for example quiet fascination and can give the feeling to be in an other world.

The result of the work is an illustrative plan of a new exercise yard at Saltvik Prison. It is mostly green; the greenery is inspired by nature except for a piece of lawn.



The design proposal for the new exercise yard at Saltvik Prison

A planting by the entrance welcome the inmates with beauty to the yard every day of the year. It is richly flowering during the summer and during the winter it is still good looking especially while carrying frost. The western part of the exercise yard have a meadow floor and a roof of fruit trees. They also contain cultivation plots for the inmates with self-catering, an area with five hammocks placed under one cherry tree each and a greenhouse for all inmates to cultivate if they please to. The greenhouse can also be used as a sheltered room during unpleasant weather. Beside the greenhouse there live chickens. At the centre of the exercise yard, there are a large bench on a wooden deck, it is sunlit and covered with a sheltering roof. In front of the bench, there are a pond with fishes. The eastern part of the exercise yard have a lawn in the middle and are surrounded towards north, east and south of a grove inspired vegetation of single standing forest trees in a carpet of perennials and light bushes building volume. Interspersed in the vegetation four hammock settee for one person stand. Round the whole exercise yard runs a jogging trail. Parallel with this an obstacle course runs at a part in the grove planting. Adjacent there are also outdoor training equipment.



Images of what the new exercise yard could look like

Overall, the greenery stimulates all senses and the new exercise yard provide places for different levels of social engagement, weather shelters, training equipment, jogging trail, places for rest and opportunity to cultivate plants.

One of the experiences learned during the work is that it seems like there are an accepted model in Sweden to build exercise yards grey and hard, with asphalt and a street basket court. I hope that knowledge about the profits of green environments are to take place in exercise yards in the future. Furthermore the new exercise yard respond way better to the Swedish prison law than the common, hard yards do. I hope that the general experience from this work can inspire the planning and design of future exercise yards at Saltvik prison and at other prisons.

Innehållsförteckning

Inledning	7	Människor föredrar öppna platser med spridda träd och en slät mark	13	Saltviks nya rastgård	29
Syfte	7	Människor föredrar natur som uppfattas läsbar	14	Välkomnande perennhav	30
Frågeställning	7	Grunduppfattning av utemiljöer	16	Ängsträdgården	31
Avgränsning	7	Socialt stöd	16	Trädäck med väderskydd och fiskdamm	32
Målgrupp, redovisning	7	Sammanfattning av vad jag tar med mig ur litteraturen till		Lund med singelhammockar och träning	33
Begreppsförklaring	7	utformningen av gestaltningen	17	Diskussion	36
Arbetsgång	8	Verksamheter med gröna utemiljöer i		Reflektion över metoder	36
Svenska fängelseanstalter	9	rehabiliterande syfte	18	Intagna som brukargrupp	36
Rättigheter och skyldigheter som intagen	9	Halden fengsel – världens mest humana fängelse	18	Rum för olika behov	37
Dynamisk säkerhet	9	Alnarps terapiträdgård	20	Om att tillvarata önskemål	37
Anstalternas säkerhetsklasser	9	Verksamheten	20	De intagnas deltagande och inflytande över rastgården	37
Dessa grupper av människor avtjänar fängelsestraff	9	Innehållet	22	Miljö och djurliv	38
Psykisk press hos intagna på fängelseanstalter	9	Gröna Rehabs trädgård	23	Saltviks nya rastgård jämfört med befintliga rastgårdar	38
Människor mår bättre av grönska	10	Recept på en rehabiliterande trädgårdsmiljö för ohälsosamt stressade personer	23	Fördom om hur de intagna använder utemiljön	39
Naturens roll för människors tillfrisknande och återhämtning genom historien	10	Reflektion över verksamheternas utformning och arbete	25	Rastgårdar stigmatiserade?	39
Naturen påverkar tillfrisknande efter operation	10	Saltviks rastgård	26	Saltviks nya rastgård och framtidens rastgårdar	40
Naturutsikt minskar mängden sökt vård bland intagna	11	Saltviks anstalt	26	Tillämpning av fängelselagen	40
Det är viktigt att vila från riktad uppmärksamhet	11	Befintlig situation	26	Källor	41
Naturlik miljö på dagis förbättrar barns motorik och koncentrationsförmåga	11	Behov av en ny rastgård	27	Bilaga : Växtförslag	44
En läkande trädgård stimulerar den högra hjärnhalvan	12	Så används de befintliga rastgårdarna	27		
Människor anpassar sig till undermåliga miljöer	12	Så skulle de tre rastgårdarna användas	27		
Sinnesintryck	12	Rastgårdens användare – dessa är de och detta är deras behov	27		
Utemiljöer människor söker sig till och trivs i .	13	Program	28		
Tillfredsställelsen av en plats där alla biologiska behov kan tillgodoses	13	Grundkrav och möjligheter	28		
Människor föredrar att vara på en skyddad plats med uppsikt över omgivningen	13	Saltviks önskemål	28		
Människor föredrar att vistas i savann- och parklika miljöer samt miljöer med vatten	13	Programpunkter utifrån litteraturgenomgång med inspiration från referensexemplen	28		
		Vision	28		

INLEDNING

Jag har valt att skriva mitt självständiga arbete i landskapsarkitektur om hur utemiljön på en fängelseanstalt skulle kunna utformas så att den skulle kunna få en positiv inverkan på de intagnas mående samtidigt som den skulle utgöra en säker utemiljö för såväl intagna som kriminalvårdare. Detta arbete är både en undersökning av vad i utemiljön som påverkar människor positivt och ett exempel på tillämpning av denna kunskap på Saltviks anstalt.

Jag fastnade för idén om att skriva om utemiljöer vid fängelser på grund av att det har fokus på relationen mellan en utemiljö och de människor som brukar den, att projektets skala är mänsklig och att det är en utomhusmiljö där de intagna är fysiskt begränsade till att vistas under den tid de avtjänar sitt fängelsestraff. Jag attraheras dessutom av ämnet på grund av att människor som avtjänar fängelsestraff både skärmas av från, och stigmatiseras av, andra människor i samhället och därför anser jag att det är en viktig uppgift att arbeta för att öka möjligheten till att de intagna kan påverkas positivt av den utemiljö de begränsas till att vistas i.

En utgångspunkt är att välgörande utemiljöer på fängelseanstalter är betydelsefulla för att de personer som avtjänar ett fängelsestraff ska kunna ha en god hälsa och må så bra som möjligt vilket kan bidra till att de snabbare kan återfinna sig i samhället. En välutformad utemiljö utgör en förutsättning för psykiskt välmående, social aktivitet och fysisk aktivitet (Grahn & Ottosson 2010 ; Cooper Marcus & Barnes 1999). Att främja de intagnas delaktighet och inflytande är prioriterat i utformningen av rastgården då Folkhälsomyndigheten (2015) framhåller att detta är en i högsta grad hälsofrämjande faktor.

För att söka goda exempel på utformningar av rastgårdar ringde jag bland annat till landets sju 1:a klass anstalter och bad om att få prata med någon om utemiljön, i ett flertal fall

blev det fängelsechefen och i andra fall kriminalvårdare eller miljöinspektör. Ingen av de tiotal personer jag har varit i kontakt med inom Kriminalvården och Specialfastigheter har känt till något gott exempel på rastgård i fängelsemiljö varken i Sverige eller internationellt. Både nationellt och internationellt finns det alltså möjligheter för landskapsarkitekter att bidra till att öka kvalitén på rastgårdar i fängelseanstalter.

Genom kontakt med Specialfastigheter och Kriminalvården öppnades möjligheten för att jag skulle kunna rita ett förslag för en rastgård på den plats på Saltviks förstaklassanstalt utanför Härnösand där en ny rastgård kommer att anläggas.

Syfte

Fokus i arbetet är utformningen av en ny rastgård som skulle kunna anläggas på Saltviks anstalt. Rastgården utformas med målet att ha en välgörande inverkan på de intagna samt utgöra en trygg miljö. Med stöd och ledning av forskning om hur utemiljöer bör utformas för att människor ska må bra av att vistas i dem, samt inspiration ur referensexempel, utformas gestaltungsförslaget.

Frågeställning

Hur skulle en ny rastgård på Saltviks anstalt kunna utformas så att den skulle kunna få en positiv inverkan på de intagnas välmående samt utgöra en trygg miljö för såväl intagna som kriminalvårdare?

Avgränsning

Den fysiska avgränsningen är till den plats på Saltviks anstalt där Kriminalvården planerar att anlägga en ny rastgård. Ämnesinriktningen är avgränsad till hur rastgården kan vara utformad för att ge förutsättningar för att de intagna ska kunna bli positivt påverkade av utemiljön. Arbetet är en sammanställning

av en litteraturgenomgång inom ämnet välgörande grönska, presentation av tre referensexempel samt ett gestaltungsförslag för den nya rastgården på Saltviks anstalt. Resultatet är en skiss som kan användas för vidare utveckling av rastgårdar, till exempel samråd. Nästa steg mot eventuell projektering av gestaltungsförslaget skulle vara en programhandling. Tidsmässigt är arbetet avgränsat till tidsramen för kursen EX0504 Självständigt arbete i landskapsarkitektur 30 högskolepoäng, under perioden januari - maj 2016.

Målgrupp, redovisning

Utöver landskapsarkitekter vänder jag mig till tjänstemän inom Kriminalvården och Specialfastigheter för att visa möjligheten till att kunna utforma utemiljöer på fängelseanstalter så att de påverkar intagna och kriminalvårdare på ett positivt sätt.

Begreppsförklaring

Intagen, en person som avtjänar ett fängelsestraff på en anstalt. Detta syftar till att personen är intagen på anstalten och att den är frihetsberövad och förvaras på anstalten (Svenska Akademien 2006, s. 388). Intagen används som benämning av de personer som vistas på en anstalt på grund av att de avtjänar ett fängelsestraff och är frihetsberövade.

Välgörande utemiljöer, gröna utemiljöer som har en positiv inverkan på människors välmående och hälsa (American Horticultural Therapy Association 2016). Används i detta arbete som en samlingsbeteckning för både anlagda och vilda gröna utemiljöer.

Arbetsgång

Initialt i arbetet kontaktade jag olika enheter för att få vägledning i var jag skulle kunna rita ett gestaltningsförslag inom ämnet delvis genom mailkontakt med huvudsakligen via telefonsamtal. Jag var tidigt i kontakt med Kriminalvården, som sköter själva verksamheten som tar hand om och förvarar intagna och Specialfastigheter som äger och hyr ut de flesta av de säkra fastigheter som Kriminalvården är verksamma i.

Jag började med att göra en litteraturgenomgång för att ta reda på vad i utformningen av en utemiljö som kan ha en välgörande inverkan på människor. Jag tog del av en mängd nationella och internationella arbeten om välgörande utemiljöer som jag hittade på bibliotek och på Internet. Urvalet av texter gjordes med två huvudinriktningar, bevis för att gröna miljöer är välgörande och designriktlinjer. Jag valde att fokusera på de huvudkällor som var mest frekvent förekommande och erkända i de texter jag tog del av och återge deras slutsatser i arbetet. Undersökningen gav svar på hur människor uppfattar olika utemiljöer de möter, både positivt och negativt. Att människor söker sig till olika utemiljöer beroende på vilket behov de har av den samt teorier och forskningsresultat för vilka utemiljöer människor föredrar och känner sig trygga att vistas i.

För att få en djupare förståelse av utformningen och användningen av välgörande utemiljöer studerade jag tre referensexempel. Ett internationellt känt exempel av en rehabiliterande fängelsemiljö samt två av Sveriges mest erkända välgörande trädgårdar med rehabiliterande fokus. Jag blev tipsad om att studera Halden fängelse av Romanus. Fängelseanstalten valdes som referens för att den är ett gott exempel på hur man på ett humant sätt kan förhålla sig till utformningen av utemiljön på fängelseanstalter

och fängelsemiljön över huvud taget på en anstalt med hög säkerhetsklass. Fängelset är dessutom nationellt känt för sin goda levnadsmiljö. De två svenska terapiträdgårdarna förekom i de källor jag tog del av och valdes som referenser för att de är exempel på utemiljöer som utformats med målet att ha en välgörande inverkan på de personer som kommer dit. Dessutom hittade jag bilder och kartor av miljön och i källorna jag tog del av beskrevs tankarna bakom utformningen av miljön. Detta gjorde att det var möjligt att förstå bakgrunden till utformningen och därmed underlättades möjligheten att kunna inplementera vedertagna designtankar i min utformning. Inblicken i miljöerna visade exempel på hur utemiljön kan utformas för att ha en rehabiliterande inverkan och insikt om att den gröna miljön är en god förutsättning för att människor ska må bra och att personal som arbetar för att underlätta individens personliga utveckling har en viktig roll.

Genom kontakten med Specialfastigheter och Kriminalvården öppnades möjligheten till att jag kunde gestalta den nya rastgården på Saltviks anstalt. För att få kunskap om projektet besökte jag Saltvik och deltog i uppstartsmötet för den nya rastgården. Jag fick kunskap om förhållandena på platsen, dess förutsättningar och Kriminalvårdens krav och önskemål för rastgården.

För att få vidare insikt i hur rastgårdar kan vara utformade och höra kriminalvårdens tankar om befintlig situation och möjlighet till förbättring ringde jag till olika anstalter, i första hand de med hög säkerhetsklass och i andra hand de med ungdomsavdelningar. Jag presenterade mitt ärende och bad om att få prata med någon om anstaltens utemiljö. Samtalen gav insikt om att rastgårdar på förstaklassanstalter i regel är innehållsfattiga, till största del hårdgjorda och kunde erbjuda sport som aktivitet. Att förvara ungdomar på anstalt är nytt i sverige, så de rastgårdar som erbjuds dem har ännu ej utformats.

Utifrån dessa förutsättningar och önskemål och med stöd av litteratur och referensprojekt med målet att utforma en välgörande och trygg rastgård tog gestaltningen av Saltviks nya rastgård fart. Med hjälp av skissarbete utreddes utemiljöns möjligheter att tillgodose krav och önskemål, möjlighet att uppfylla litteraturundersökningens slutsatser samt svara på frågeställningen. Resultatet är en illustrationsplan över en ny rastgård på Saltviks anstalt.

SVENSKA FÄNGELSEANSTALTER

Verksamheten i svenska fängelseanstalter sköts av Kriminalvården. Dess arbete och mål styrs av lagen och därmed den filosofi Sverige har för brottslingar, hur de ska behandlas, vilka rättigheter de har och vad som ska förväntas av dem. Denna del av arbetet beskriver Kriminalvårdens arbete, de intagnas rättigheter och skyldigheter på anstalten, hur Kriminalvården arbetar med prevention mot återfall i brott och för säkerhet på anstalterna samt vilka intagna som avtjänar fängelsestraff i Sverige.

Kriminalvården är en statlig myndighet vars främsta uppgift är att verkställa straff och minska återfall i brott (Kriminalvården uå. 2). Majoriteten av de människor som är dömda att avtjäna straff hos kriminalvården gör det inom frivården. Det innebär att den brottsdömda lever i samhället, men att den till exempel har skyddstillsyn, gör samhällstjänst eller bär fotboja. Kriminalvården arbetar med frivården, häkten, fängelseanstalter och sköter en stor mängd säkra transporter av människor. Under år 2015 hanterade Kriminalvården varje dag i snitt 1600 häktade personer, 3800 personer intagna på anstalt och 11500 personer i frivården. Det finns 46 fängelseanstalter i Sverige (Kriminalvården uå. 3).

Rättigheter och skyldigheter som intagen

Ytterst sett är det Fängelselagen (2010:610) som styr hur fängelserna ska drivas, hur de intagna ska förvaras och vilka rättigheter och skyldigheter de har. Lagen föreskriver att de intagna ska bemötas med respekt för sitt människovärde och visas förståelse för de ”svårigheter som är förenade med frihetsberövandet” (FÅL 2010:610 1 kap. 4 §). Under den tid den intagne avtjänar sitt straff ska den på bästa sätt förberedas för att återfinna sig i samhället vid frisläppning (FÅL 2010:610 1 kap. 5 §). Individuella anpassningar och individens inflytande ska kunna påverka förhållandena under den tid straffet avtjänas (FÅL 2010:610 1 kap. 5 §). Den intagna ska erbjudas sysselsättning så som till exempel utbildning, behandlingsprogram eller arbete (FÅL 2010:610 3 kap 1 §). Den intagne har sysselsättningsplikt under den tid straffet avtjänas (FÅL 2010:610 3 kap. 2 §). De intagna har rätt till att vistas minst en timme utomhus varje dag och de ska erbjudas att aktivera sig fysiskt och utöva fritidssysselsättningar (FÅL 2010:610 4 kap. 1 §).

Fängelselagen är skriven på detta sätt för att ge de personer som avtjänar ett straff i fängelse goda förutsättningar till att få vistas i en hälsosam miljö och erbjudas stimulerande och uppbyggande

aktiviteter. Detta lindrar de psykiska påfrestningarna av ett frihetsberövande och ger goda förutsättningar för den intagne att återgå till ett liv i samhället med förberedelse för att kunna finna en sysselsättning, vilket förebygger återfall i brott.

För att minska återfall i brott så har den intagne bland annat sysselsättningsplikt. Det finns ett flertal olika inriktningar av sysselsättningar på olika anstalter, till exempel motiverande samtal, behandlingsprogram, skolgång både på gymnasial och högskolenivå, klosterverksamhet, föräldracirkel (studiecirkel om föräldraskap) och självförsörjning (Kriminalvården 1 uå.). Trots kriminalvårdens aktiva arbete för att förebygga att de intagna återfaller i brott så gör ca 40% av alla intagna som avtjänat fängelsestraff det inom 3 år (Kriminalvården 3 uå.).

Dynamisk säkerhet

Ett av kriminalvårdens mest uppenbara säkerhetsarbeten, sett utifrån ett medborgarperspektiv, är för ett säkert samhälle. De arbetar även aktivt för en trygg kriminalvård och för att påverka de intagna så att de inte återfaller i brott. Fängelseförvaring bedrivs i säkra fastigheter, men kriminalvården framhåller vikten av en aktiv och närvarande personal för en säker miljö. Den statiska säkerheten med murar, kameror och larm används, men den dynamiska säkerheten i personalens närvaro och inflytande över de intagna betonas av kriminalvården som viktigt och utvecklas inom anstalterna (Kriminalvården 5 uå.).

Anstalternas säkerhetsklasser

Sveriges fängelseanstalter är indelade i tre säkerhetsklasser. Säkerhetsklasserna korrelerar med de intagnas förmåga att motstå rymnings- och fritagningsförsök. Säkerhetsklass 1 är den högsta säkerhetsklassen, vilken är anpassad för att kunna ta emot personer som bedöms ha högst risk för att rymma eller

fritas. Dessa anstalter är slutna och har fysiska rymningshinder med hög säkerhet samt en säkerhetszon som ska vara fri från hinder. Säkerhetsklass 2 består av slutna anstalter med en lägre säkerhetsklass, dessa anstalter kan variera i utformningen, men de har rymningshinder i form av mur eller staket. Anstalter i säkerhetsklass 3 är öppna anstalter, de saknar direkta rymningshinder (Kriminalvården 6 uå.).

Dessa grupper av människor avtjänar fängelsestraff

I Sverige sitter ca 4500 personer i fängelse, av dem är 89% män och 11% kvinnor. Medelåldern för en intagen är 37 år. 81% av de intagna har svensk nationalitet, 4% kommer från andra länder i norden, 4% från EU och 11% från övriga länder. Medellängden för fängelsestraffen år 2013 var 23 månader, alltså näst intill 2 år. Av dem avtjänade omkring 40 % straff som var 6 månader eller kortare och 4% av dem avtjänade straff som var 10 år eller längre. (Kriminalvården 4 uå.).

Psykisk press hos intagna på fängelseanstalter

Statistiskt sett bedöms omkring 40% av de intagna lida av psykisk ohälsa (Kriminalvården 4 uå.). Att hantera den psykiska hälsan i relation till situationen att vara frihetsberövad är svår för såväl människor med som utan psykiska besvär. I en kvalitativ studie över hur människor som frihetsberövats under den tid de varit häktade fann sociologistudent Marina Grebovic att samtliga som deltog i undersökningen vittnade om att upplevelsen av tiderna i häktet var ”smärtsamma, överkliga och en tid av maktlöshet”. Därtill framkom att de kände sig ”förnedrade, kränkta” och ”stigmatiserade inför frigivningen” (Grebovic 2001). Dessa studier styrker att det är ”svårigheter förenade med frihetsberövandet” (FÅL 2010:610 1 kap. 4§) precis som fängelselagens formulering säger.

MÄNNISKOR MÅR BÄTTRE AV GRÖNSKA

Naturmiljöer har enligt forskning och erfarenhet visat sig ha en positiv inverkan på människors välmående och tillfrisknande och ha en preventiv funktion mot att människor ska insjukna. Natur har både visat sig ha positiv inverkan på människors fysiska och psykiska tillfrisknande och ha en god funktion att hjälpa människor att slappna av, vila och återhämta sig.

Naturens roll för människors tillfrisknande och återhämtning genom historien

En sammanställning av forskningsresultat och studier om gröna miljöers positiva inverkan på människor finns i Patrik Grahn och Åsa Ottossons bok *Trädgårdsterapi : Alnarpsmetoden* (2010). Som ett led i att visa vilken betydelse grönskan kan ha för intagna redovisas här avsnitt ur boken som beskriver på vilket sätt människor kan påverkas positivt av gröna miljöer.

Genom historien har naturen haft en föränderlig roll i människors liv (både för människors fysiska och psykiska tillfrisknande har naturens inverkan spelat olika roller). Under historiens gång har fältsjukhus i närheten av strider anlagts i vackra naturmiljöer för att de sårade skulle återhämta sig bättre. Under 1700- och 1800-talen ansåg läkare att naturen spelade en viktig roll i tillfrisknandet för sina patienter. Sjukhus och sanatorier anlades i närhet till natur för att patienterna skulle ha fysisk och visuell tillgång till den vackra och välgörande naturmiljön (Grahn & Ottosson 2010, s. 52). Under 1900-talet förändrades trenden, naturen fick en mindre roll och medicinerna en större i vårdens arbete för att bota sina patienter (Grahn & Ottosson 2010, s. 54).

Inom psykiatrin har både trädgården och trädgårdsodling använts i vården av patienter. I början av 1800-talet framhöll den framstående amerikanske läkaren Benjamin Rush insikten om att trädgårdsarbete hade positiv inverkan på hans patienter och han menade att det var särskilt välgörande för mentalt sjuka och deprimerade patienter. Under 1960-talet utvecklades det utbredda trädgårdsarbetet, den matproducerande odlingen och den djurskötsel som förekom på vårdanstalter i Sverige då det ansågs vara ett utnyttjande av patienterna (Grahn & Ottosson 2010, s. 55).

I samband med första världskriget kom man till insikt om hur väl det fungerar att rehabilitera soldater som led av posttraumatisk stress och liknande symptom genom att låta dem arbeta i trädgårdar. Detta ledde till att en ny gren inom vården utvecklades *Horticultural Therapy*, alltså trädgårdsodlingsterapi. Under 50-talet kom en arbetsterapiutbildning och under 60-talet en masterutbildning i ämnet. ”Under 70-talet började man använda trädgårdsterapi för att behandla även människor med autism, Alzheimers sjukdom, reumatism, diffus värk, samt personer som utsatts för övergrepp och misshandel. Idag finns även trädgårdsterapi som ett viktigt ämne inom kriminalvård, flyktmottagning, och bland hemlösa. Utomhuspedagogik för personer med inlärningssvårigheter är ett annat ämne som kommer starkt.” (Grahn & Ottosson 2010, s. 56).

Natur på recept

I vår moderna historia fanns en omtalad läkare vid namn Ernst Westerlund. Han levde 1839-1924 och kallades mirakeldoktorn på grund av att hans patienter tillfrisknade väl. Han var verksam i Enköping och utmärkte sig bland läkare då han förordade naturens läkande kraft i sitt medicinska arbete. Westerlund föredrog att skriva ut vistelse i naturen, promenader, vackra vyer och fysiskt arbete framför att skriva ut farmaka till sina patienter. En idé han hade i sitt arbete var att människor skulle få tillfriskna i en trygg och vilsam utemiljö och om det var lämpligt, gärna med inslag av enkelt fysiskt arbete utomhus. ”Nervösa och magsjuka direktörer kunde exempelvis få hugga ved eller bära kol till fattiga familjer” (Grahn & Ottosson 2010, s. 53). Westerud tecknade ett avtal med Enköpings kommun att lämpliga patienter skulle få sköta kommunens parker i rehabiliteringssyfte. Om somrarna hade läkaren under 30 år sin mottagning i det natursköna Storlien, där

lät han anlägga en hälsostig, som kom att kallas Blomsterstigen och finns kvar än idag.

Naturvårdsverket publicerade 2006 en skrift med titeln *Naturen som kraftkälla : om hur och varför naturen påverkar hälsan*. I den avslutande delen av den informativa skriften lyfter författarna tanken att det skulle vara intressant om läkare i framtiden kan få möjlighet att skriva ut vistelse i natur på recept (Naturvårdsverket 2006, s. 25). Tankar runt och förståelsen av naturens positiva inverkan på människors hälsa är alltså ett återkommande inslag genom historien.

Naturen ett bra rum för rehabilitering, återhämtning och samtal

Ytterligare en person som bekräftar att vistelse i natur kan komplettera en rent medicinsk vård är professor i beteendemedicin Peter Währborg. Währborg betonar att naturen är en ”trygg och kravlös källa” och att den är en ”outtömlig källa till vederkvickelse”. Vidare beskriver han natur som ett väl fungerande rum för livsorienterande samtal samt att det är den i särklass bästa platsen för att rehabilitera sig och ta ut en ny kurs för framtiden. Han menar att vistelse i naturen underlättar för en människa att ta sig igenom rehabiliteringens naturliga steg genom ”vila, ro, återhämtning och acceptans” (Grahn & Ottosson 2010, s. 136).

Naturen påverkar tillfrisknande efter operation

Under den senare delen av 1900-talet har flera studier och teorier utvecklats för att kartlägga naturens inverkan på människan. En tidig studie av gröna miljöers positiva inverkan på människor som

snabbt bröt stor mark och som än idag är en framstående studie i ämnet publicerades 1984 i tidskriften *Science* av miljöpsykolog Roger Ulrich (Ulrich 1984). Det var en klinisk studie som visade att patienter som hade grön utsikt från sina sjukhussalar återhämtade sig bättre än de som hade utsikt mot en händelselös tegelvägg. Studien utfördes i ett förortssjukhus till Pennsylvania i USA med patienter som genomgått en operation där de fått sin gallblåsa avlägsnad. Ulrich utförde undersökningen under perioden 1 maj till 20 oktober år 1972-1981, det vill säga under den tid då träden hade löv. I undersökningen parades patienterna ihop i par utifrån en rad kriterier, bland annat ålder, kön, vikt och rökningssvanor. I jämförelsen mellan salarna med grön utsikt respektive utsikt mot en tegelvägg kunde de statistiskt visa att patienterna med grön utsikt tillfrisknade snabbare, tog mildare och färre doser smärtstillande medel och att de hade färre ”negativa anteckningar” i stil med ”han har ont” noterade av sjuksystrarna (Ulrich 1984).

Naturutsikt minskar mängden sökt vård bland intagna

Det är tacksamt att utföra studier på institutioner så som sjukhus och fängelser. En av de studier som utförts på ett fängelse är doktor i arkitektur Ernest O. Moore’s studie som undersöker korrelationen mellan miljön inom fängelser och frekvensen av hur ofta de intagna söker vård, publicerad i tidskriften *Journal of Environmental Systems* år 1982. Syftet med undersökningen var att undersöka hur de intagna påverkades av att bo nära varandra, av ljud i dess omgivning och avsaknad av egen tid. Moore hade en hypotes att oavsett vilket sjukdomstillstånd de intagna uppvisar söker de vård mer frekvent om deras ”stresstolerans överskrids”

(Lokrantz Stigson 2000, s. 58). I undersökningen noterades det när och varför de intagna sökte vård samt information om deras omgivningsfaktorer såsom var deras bostadsrum var lokaliserat på anstalten och på vilken våning det låg. I resultatet av studien framkom det att de personer som bodde i rum med insyn i en annan intagens rum på motsstående del av byggnaden, sökte vård mer frekvent än de som hade bostadsrum där de inte hade insyn mot en annan intagen. Däremot visade det sig att ljud som smällande dörrar, andra intagnas skrik och trafikbuller inte hade någon statistisk effekt. Ett för Moore oväntat resultat var att det var en tydlig skillnad mellan sökfrequensen hos dem som hade bostadsrum som vette mot byggnadens innergård respektive mot det omgivande landskapet. De intagna vars rum vette mot det omgivande landskapet hade en lägre sökfrequens. Resultatet förvånade honom eftersom fönstren var halvtransparenta vilket gjorde att de intagna var tvungna att öppna fönstret för att ta del av utsikten.

Det är viktigt att vila från riktad uppmärksamhet

Att människor upplever att de kan slappna av, koppla bort vardagen och vila i naturen kan till stor del förstås genom psykologiprofessorerna Rachel och Stephen Kaplan och landskapsarkitekt Robert L. Ryans beskrivning av människans förmåga att rikta sin uppmärksamhet och hur hon påverkas av hur hon riktar den. De menar att människan har två olika sätt att rikta sin uppmärksamhet. Det första sättet är aktivt riktad uppmärksamhet, till exempel när man lyssnar intensivt, läser eller kör bil (Kaplan & Kaplan 1989 p. 16-17; Kaplan, Kaplan & Ryan 1998 p. 179-180). Om människan förblir i detta riktade uppmärksamhetsläge för länge så kan hon bli mentalt utmattad.

Den andra formen av uppmärksamhet är den spontana eller den som styrs av fascination. Denna uppmärksamhet är en vila från den riktade uppmärksamheten. Vidare upplevelser (förutom fascination) som erbjuder vila från den riktade uppmärksamheten är känslan av att få åka bort från det som kräver en riktad uppmärksamhet, vistas i en vidsträckt miljö eller vara i en miljö som bjuder människan att utöva en för henne önskad aktivitet (Kaplan & Kaplan 1989 p. 18-21; Kaplan, Kaplan & Ryan 1998 p. 183-186).

Det borde alltså vara så att det är viktigt att människor som lever under stressade förhållanden som kräver att hon riktar sin uppmärksamhet, till exempel i en stressfylld miljö som ett fängelse med psykisk ohälsa och ett hårt socialt klimat, har tillgång till miljöer och aktiviteter som kan hjälpa henne att vila från den riktade uppmärksamheten.

Naturlik miljö på dagis förbättrar barns motorik och koncentrationsförmåga

En studie som visat att det finns koppling mellan att vistas i natur och ökad koncentrationsförmåga är utförd av miljöprofessor och landskapsarkitekt Patrik Grahn med team år 1997. Studien gick ut på att ta reda på hur barn på dagis påverkas av dess utemiljö. Två populära dagis med skild karaktär på utemiljön valdes ut, därefter jämfördes barnens färdigheter inom en rad områden. Resultatet visade att barnen som vistades i en mer naturlig miljö hade bättre motorik, stimulerades till att leka mer varierade och mer avancerade lekar med rollspel, hade mindre sjukfrånvaro och bättre koncentrationsförmåga (Grahn 1997, s. 83-97). Det är rimligt att anta att vuxna människor också stimuleras positivt

av en mer naturlig utemiljö på ett liknande sätt, framför allt att även vuxnas koncentration förbättras då det sammanfaller med Kaplan, Kaplan och Ryans slutsatser om att vila från den riktade uppmärksamheten förebygger utmattning.

En läkande trädgård stimulerar den högra hjärnhalvan

Ytterligare ett exempel på hur naturen påverkar människan hittar vi i Donald Norfolks bok *The Therapeutic Garden* (Läkande trädgårdar) (2000). Norfolk berättar att målet med boken är att visa hur man bör utforma en trädgård för att den ska stimulera den högra hjärnhalvan. Denna sida aktiveras av estetik och intuition. Han berättar att trädgårdsodling är en aktivitet som väl kan uppfylla denna uppgift. Den vänstra hjärnhalvan, som bör få vila i en läkande trädgård, stimuleras av aktiviteter som planering, beräkningar och utvärderingar. Norfolk gör tydligt att han inte ser ”trädgårdsarbetet som ett arbete i sig, utan som ett njutbart medel att uppnå ett mycket högre mål: att nå helhet, hälsa och läkande.” (Norfolk 2000, ss. 15-16). Han beskriver att trädgården har en välgörande inverkan på såväl sjuka som friska människor samt att den har en preventiv funktion mot att människor ska börja leva mer ohälsosamt (Norfolk 2000, s. 25).

Människor anpassar sig till undermåliga miljöer Vikten av att människor bör vistas i goda miljöer ligger i hennes goda anpassningsförmåga till den miljö hon befinner sig i. Bakteriologen René Dubos har författat boken *Man Adapting* (Människan anpassar sig) (1980) med syfte att visa på att människan inte är utrustad till att leva i dagens stora städer. Norfolk, som blev ombedd att recensera boken, citerar detta stycke

ur hans bok ”Tillvaron i moderna städer har blivit en symbol för det faktum att människan kan anpassa sig till en himmel utan stjärnor, avenyer utan träd, byggnader utan form, bröd utan smak, firande utan glädje, nöjen utan mening.” (Norfolk 2000 s. 33). Vidare argumenterar han att stadsmänniskan kompenserar för den naturfattiga miljön hon lever i genom att ha fler krukväxter, exotiska tavlor inomhus och sommarhus på landet. Han förklarar också att människans behov av att vistas i naturen visar sig i den ökade efterfrågan av utomhusbetonade fritidsaktiviteter så som klättring, segling, ridning och power walks (Norfolk 2000 s. 33).

Sinnesintryck

I litteratur som ger råd gällande välgörande och rehabiliterande trädgårdars utformning är uppmuntran kring att stimulera sinnesintryck återkommande (Grahn & Ottosson 2010, ss. 149-153; Clare Cooper M. & Naomi A S. 2013; Larsson 2010 s. 52). De uppmuntrar till att stimulera positiva sinnesintryck och gärna med en bredd som kompletterar varandra så att de blir mer individuella, till exempel färger som harmoniserar i en del av trädgården och kontrasterar varandra i en annan del eller markmaterial som upplevs på olika sätt så som bark, gräs och grus. De uppmuntrar dessutom till att erbjuda något för alla sinnen, både syn, smak, hörsel, känsel och doft.

Ytterligare ett argument för att erbjuda en bredd av intryck och liv i en välgörande och rehabiliterande utemiljö formulerar Edward O. Wilson då han beskriver biofili-teorin. Han beskriver att biofili är ”den inneboende känslomässiga tillhörighet människor har till andra levande organismer” (fri översättning) (R. Kellert & O. Wilson 1993, s. 31). Med evolutionistiskt underbyggda argument

talar han om att människor är emotionellt positiva till biologiskt liv. Denna iakttagelse och teori är Wilson inte ensam om, bara i det ovan refererade samlingsverket *The Biofilia Hypotesis* som han tillsammans med Kellert är redaktörer till har ytterligare ett dussin författare bidragit med sin kunskap om människors fäbless för biologiskt liv.

DÄRFÖR SKA SALTVIKS
INTAGNA HA EN FANTASTISK
RASTGÅRD

UTEMILJÖER MÄNNISKOR SÖKER SIG TILL OCH TRIVS I

I denna del av arbetet utreds vilka utemiljöer som har en positiv inverkan på människor, det vill säga utemiljöer som människor trivs i, mår bra i och känner sig trygga i. Om människor trivs i en utemiljö beror på hur den upplevs, alltså vilket intryck de får av den. Den uppfattade tryggheten på en plats beror på om människan uppfattar den som läsbar, fri från faror och har tillgång till skydd eller flyktväg. Människor attraheras av platser som svarar mot det behov av natursorter hon har vilket är beroende av hur de mår.

Tillfredsställelsen av en plats där alla biologiska behov kan tillgodoses

Det finns många olika sätt att motivera vilka miljöer människor trivs i och vill vistas i. En person som går vägen genom evolutionen för att förklara vilka miljöer människor dras till är geografen Jay Appleton. Han beskriver att människan reagerar på den estetiska upplevelsen av ett landskap. Vid en anblick på landskapet bedöms synintryck så som färg, form, rumslig ordning och andra synliga ingredienser. Han menar att människor föredrar att vistas i miljöer som ger intrycket av att de kan tillfredsställa människans biologiska behov för överlevnad. Platsen behöver inte faktiskt uppfylla alla behov för att människan ska föredra den, utan det räcker att den ger intrycket av att den kan göra det. Om en människa vid en anblick på landskapet alltså får intrycket att det är lämpligt att leva i; att det kan ge skydd och en trygg grund att bo på, kan förse med mat och vatten samt är en trivsamt miljö att vistas i så tycker människan om miljön och föredrar att vistas i den. Denna välkända och flitigt refererade teori kallas ”The Habitat Theory” (Appleton 1996, ss. 62-63).

Människor föredrar att vara på en skyddad plats med uppsikt över omgivningen

Ännu en teori Appleton formulerat beskriver att människan tycker om att vistas i miljöer där hon är skyddad eller har möjlighet att ta skydd och har uppsikt över omgivningen så att hon har kontroll över om fara nalkas, denna kallas ”Prospect – Refuge Theory”. De välbekanta och allmänt bifallna orden att man vill ha ”skydd i ryggen” är essensen av denna teori. Den handlar om människans önskan om att hålla sig vid liv, att i första hand undvika fara och i andra hand ha möjlighet att fly från den om man nödgas det (Appleton 1996, ss. 63-66).

Appleton bygger sina teorier på evolutionära och biologiska argument. När han underbygger ”Prospect – Refuge Theory” tar han avstamp i djurens kamp för överlevnad, han talar om djurens beräkningar av avstånd till potentiell fara och dess kapacitet att nå fram till djuret och hur det korrelerar med djurets avstånd och möjlighet till skydd. Djuret är stressat och på spänn till dess att det hittat en säker plats, då kan det vila och slappna av. Trots att den moderna stadsmänniskan inte har samma överhängande hotbild som ett vilt djur, till exempel en antilop, så menar Appleton att detta beteende är något människan genom evolutionen har lärt sig och bär med sig i sin natur (Appleton 1996, ss. 63-66).

Människor föredrar att vistas i savann- och parklika miljöer samt miljöer med vatten

Ytterligare en person som utgått från tankar om att människans preferens för miljöer springer ur evolutionen och att det är en egenskap som präglat människan är miljöpsykolog Roger Ulrich. Med samma utgångspunkt kommer han också fram till samma slutsatser om att människor föredrar miljöer som erbjuder skydd, utgör en god boplat och erbjuder tillgång till mat och vatten. Dessutom menar han att människor vantrivs i miljöer som är potentiellt farliga. Ulrich kopplar tydligt människans evolutionära ursprung till savannen och menar att det är därför människor föredrar savann- och parklika miljöer. Dessa är visuellt öppna miljöer med överskådliga vidder, vegetationen består av fristående träd och en plan markvegetation, till exempel gräs (Keller S. R. & Wilson E. O. 1993, ss. 81-83).

Ulrich fortsätter att argumentera för att människor trivs i miljöer där det finns vatten för att det ger goda förutsättningar till att leva i området och att människor därför gärna bosätter sig där

(Keller S. R. & Wilson E. O. 1993, s. 90). Vatten ger tillgång till dricksvatten, men det kan också innehålla fisk och skaldjur som kan tjäna som mat. Han hänvisar till att utgrävningar i Östafrika visar på att människor tidigt i historien bosatte sig längs med floder. Vidare berättar Ulrich att studier visar att människor starkt föredrar scener med vatten och särskilt glänsande vatten.

Flertalet ytterligare källor (Grahm & Ottosson 2010; Larsson 2010; Cooper Marcus & Barns 1999) talar om vattens positiva inverkan på människor, en av dem är boken *Therapeutic Landscapes* (Marcus & Sachs 2013, ss. 85-86). I den vitt omfattande boken om hur terapeutiska trädgårdar i olika sammanhang bör vara utformade beskriver författarna bland annat att det är att föredra att anlägga vatten i terapeutiska utemiljöer, då människor regel får en positiv, mångsensorisk sinnesupplevelse av miljöer med vatten. Det kan bidra med behagliga ljud, vilande uppmärksamhet och vara spännande att röra vid.

Människor föredrar öppna platser med spridda träd och en slät mark

En trio som till skillnad från Appleton och Ulrich bygger sina slutsatser om människans preferenser på empiriska erfarenheter och kontrollerade undersökningar är makarna och psykologiprofessorerna Rachel och Stephen Kaplan och landskapsarkitekt Robert L. Ryan. I boken *With People in Mind* (1989) har de sammanställt sina resultat.

För att undersöka vilka utemiljöer människor föredrar har författarna gjort en undersökning där de visade försökspersoner hundratals bilder som de instinktivt fick bedöma hur mycket de tyckte om och placera dem på en skala från 1-5. De bilder som

fick låga betyg var vida, oföränderliga landskap, det som var gemensamt för dem var att de var enformiga och inte hade någon fokuspunkt. En annan kategori av bilder som fick låga betyg var tät vegetation (med sly) som hade en begränsad utblick (Kaplan, Kaplan och Ryan 1989, s. 11-12). Bilder på utemiljöer som många människor tyckte om var spridda träd på en plan mark. Det förekom en variation i antal träd, lövverk, höjd och grovlek på träden och marken kunde bestå av betesmark, barr eller liknande plan yta. I dessa miljöer utgör träden ett tydligt fokus och den plana marken uppfattas som inbjudande (Kaplan, Kaplan och Ryan 1989, s. 12).

Genom en annan metod kommer alltså denna trio fram till samma slutsats om att människor tycker mer om och attraheras av en miljö där solitära träd står spridda på en mark med plan undervegetation som Appleton och Ulrich gjort via evolutionistiska teorier.

Människor föredrar natur som uppfattas läsbar
Makarna Kaplan och Robert har vidare utforskat vad som gör att människor trivs i naturliga miljöer. De har kommit fram till att människor föredrar att vistas i naturliga miljöer som de uppfattar som läsbara. När människor försöker att läsa och förstå natur lyfter författarna fram fyra kategorier av intryck som de kan uppfatta. De pratar om enhetlighet, läsbarhet, komplexitet och mystik (kan till exempel vara en vindlande stig i skogen). För att förstå funktionen av dessa intryck delar de in dem i kategorier. De menar att sammanhang och komplexitet befinner sig i kategorin av tvådimensionella intryck och menar att det har att göra med en platt bedömning av platsen till exempel antal, placering och

orientering. Läsbarhet och mystik räknar de till tredimensionella intryck, då måste personen bedöma djupet i platsen och försöker föreställa sig att hon är där. Vidare delar de i sin tur in enighet och läsbarhet i intryck som ger förståelse för platsen. Komplexitet och mystik kategoriseras till stimulerande intryck som uppmuntrar människor till att utforska platsen. De fyra kategorierna av intryck blir alltså, tvådimensionella, tredimensionella, förståelse och utforskande (Kaplan, Kaplan och Ryan 1989, s. 13).

Författarna beskriver att variationer i uppfattningen av enhetlighet, läsbarhet, komplexitet och mystik på en plats kan göra en betydlig skillnad för hur bekväma människor är att vistas på platsen. Genom att vara medveten om de olika egenskaperna och dess inverkan på människan kan dessa vara med och spela en roll i utformningen av en plats så att den kan formas på ett sådant sätt att den uppfattas som läsbar (Kaplan, Kaplan & Ryan 1989, s. 16), se faktaruta 1.

Faktaruta 1

Enhetlighet, komplexitet, läsbarhet och mystik

Fyra visuella egenskaper naturen kan ha påverkar hur människor uppfattar och förstår miljön. Ur Kaplan, Kaplan och Rachel (1989) s. 14-16.

Enhetlighet En enhetlig plats är ordnad och arrangerad i tydliga områden. Vid en anblick ska det vara möjligt att urskilja områden och platser. Att en plats uppfattas som enhetlig kan förstärkas genom att ha återupprepande teman och texturer som gör att platser avläses på ett tydligt sätt. Texturen ska gärna vara sammanlänkande, men inslag av kontrasterande texturer kan också vara välgörande.

Komplexitet En plats som upplevs komplex ger flera olika intryck. Platsen kan ha en stor variation i innehåll i motsats till öppna fält. Författarna menar att en vanlig uppfattning är att en miljö med för få intryck blir tråkig, men att en miljö med många intryck blir övermäktigt. Detta är däremot en uppfattning de motsätter sig då de menar att påståendet förutsätter ett missförstånd och en hopblandning av begreppen enhetlighet och komplexitet. En plats kan vara innehållsrik och komplex samtidigt som den är välordnad och enhetlig.

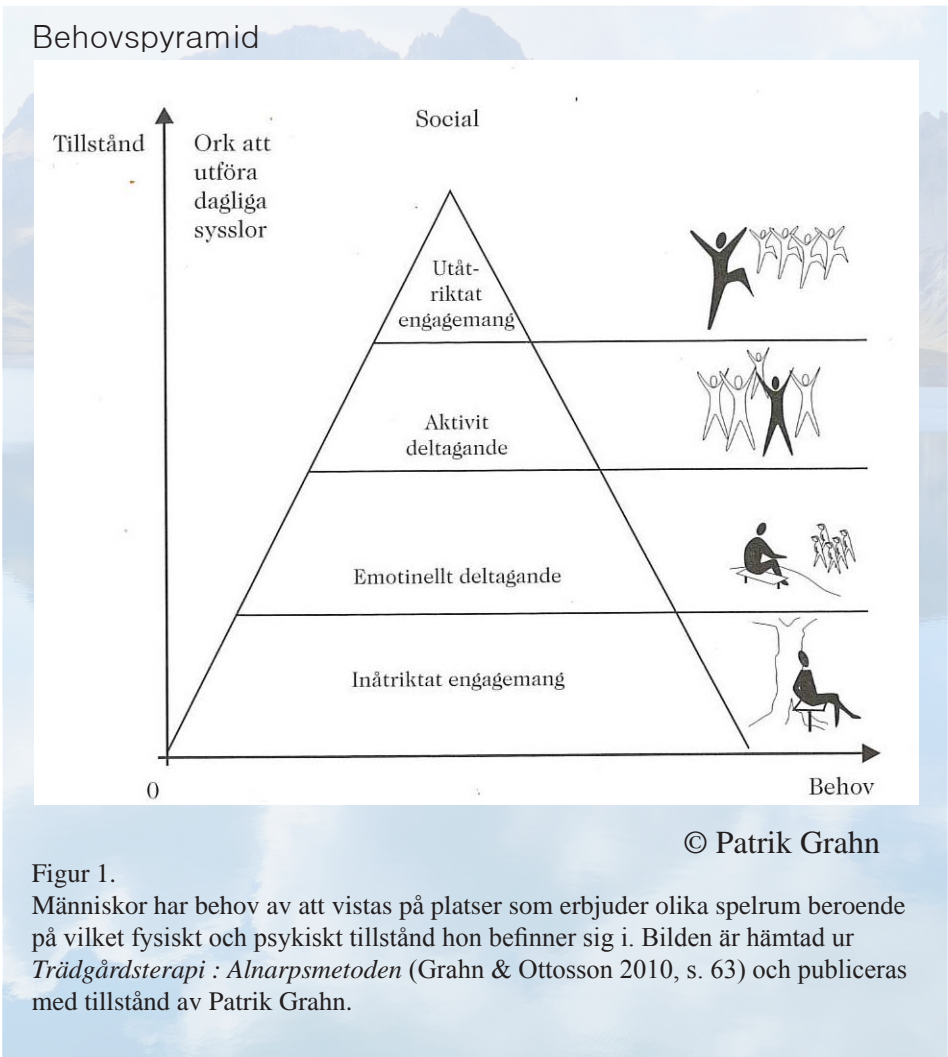
Läsbarhet Det viktigaste inslaget på en plats när det kommer till läsbarhet är att delar av den ska gå att urskilja för att man ska kunna orientera sig på platsen. För att öka läsbarheten behöver platser ha något inslag som gör att man kommer ihåg den. Det kan variera vad på en plats som utgör ett sådant minnesvärt inslag, det kan vara ett speciellt träd, men det kan också vara ett särskilt markmaterial. Det kan skifta vad som är det utstickande och orienterande tinget eller materialet som upplevdes speciellt på en plats, det beror på om det återkommer på andra delar av platsen eller om det är unikt placerat där.

Mystik En plats där man inte sett hela bilden av vad som finns längre bort, men som avslöjar en del av det triggas nyfikenheten hos en besökare. En gångväg som delvis skymms av en växt eller en slingrande stig kan ge ett sådant intryck. Författarna fann, i sin undersökning av platser som människor föredrar, att en plats som innehöll mystik var särskilt uppskattad.

Människor söker sig till platser som svarar mot deras behov av aktivitet

Människor söker sig till platser som svarar mot hennes behov.

Detta har Grahn upptäckt i en undersökning om vilka miljöer människor söker sig till utomhus. Grahn fann att människor sökte sig till platser som svarade mot personens förväntningar och önskemål på vilken sorts arena platsen kunde erbjuda för aktivitet.



Utifrån dessa slutsatser formulerade han en teori vilken han kallar ”Teorin om betydelsespelrummet”. Teorin är att det finns ett spelrum där varje människa behöver förhålla sig till sin omgivning och till andra människor i sin ständiga bedömning av verkligheten. I denna bedömning kan betydelsen av människor och natur för en individ förändras beroende på dennes fysiska och psykiska välmående. Grahn beskriver att en person som mår dåligt och är deprimerad gärna drar sig undan och vill vara för sig själv på en lugn plats med många olika sinnesintryck, medan en person som mår bra och är glad föredrar att vistas i mer exponerade miljöer som kan erbjuda social aktivitet (Grahn & Ottosson 2010, ss. 62-64). Grahn illustrerar sin teori i en behovspyramid, se figur 1.

Människor söker sig till olika naturtyper beroende på hur de mår

I en nära relaterad studie av grönområden kom Grahn fram till att människor söker sig till olika parker och naturområden beroende på vilken sorts natur de kan erbjuda. Han fann att det var åtta natursorter, eller dimensioner av natur som han kallar det, som var vanligast förekommande. Dessa dimensioner är rofylldhet, natur, artrikedom, rymd, öppning, skydd, social och kultur. Vidare fann han ett samband mellan vilka dimensioner av natur människor sökte sig till och vilket behov eller önskemål de hade på naturmiljön. Behovet och önskemålen för vad människorna ville att naturmiljön skulle erbjuda korrelerade i sin tur med vilken sinnesstämning personerna befann sig i. Beroende på vilken sinnesstämning människor befinner sig i söker hon sig alltså till platser som erbjuder en eller flera av de åtta dimensionerna vilka svarar mot deras behov (Grahn & Ottosson 2010, ss. 64-66), se figur 2.

Åtta dimensioner av natur

ÅTTA UPPLEVDA DIMENSIONER	BESKRIVNING AV DIMENSIONEN
1. Rofylld	Lugn, tystnad och tecken på omsorg. Ljud av vind, vatten, fåglar och insekter. Inget skräp, inget ogräs, inga störande människor. I byggnader kan detta upplevas i fridfulla kyrkorum.
2. Natur	Fascination av vild natur. Växter ser ut att vara självsådda. Lav- och mossbelupna stenar, gamla djurstigar. Området är inte skapat av människor utan av något större och mäktigare.
3. Artrik	Här kan man uppleva en rikedom av olika arter av såväl djur som växter.
4. Rymd	Platsen erbjuder en vilsam känsla av att man kommer in i en annan värld; ett samband, en uttalad helhet, som en bokskog.
5. Öppning	En kvalitet som både erbjuder utblickar och plats för spontana aktiviteter. Ett grönt, öppet fält som inbjuder till att slå sig ner.
6. Skydd	En trygg ombonad plats, en tillflykt. En liten hemlig oas där man kan slappna av och vara sig själv, och även ha möjlighet att experimentera och leka.
7. Social	En social arena, en mötesplats för trevlig samvaro, fest och nöje.
8. Kultur	En plats som erbjuder fascination över människors värderingar, uppoffringar, slit och möda. Det bör helst innehålla en aspekt av tid, en tillbakablick genom historien.

© Patrik Grahn

Figur 2. Åtta upplevda dimensioner av natur och dess innehåll. Tabellen är hämtad ur *Trädgårdsterapi : Alnarpsmetoden* (Grahn & Ottosson 2010 s. 65) och publiceras med tillstånd av Patrik Grahn.

Grunduppfattning av utemiljöer

Boken *With People in Mind* presenterar en bred kunnskap om människors uppfattning av utemiljön och förklarar ingående hur människor uppfattar och upplever element och utformningar i den naturliga miljön. Nedan följer en koncentration av innehållet i två kapitel, det ena talar om vad människor räds respektive attraheras av i utemiljön och det andra om rehabiliterande inslag i utemiljön.

Egenskaper människor räds respektive attraheras av i utemiljön

Det finns flera egenskaper och element i ett landskap som gör att människor som upplever det känner sig trygga eller otrygga när de vistas i det. I detta avsnitt följer de egenskaper författarna identifierat och redogör för i sin bok.

Om en person befinner sig i en naturmiljö och den visuella kontakten blockeras av till exempel en mur eller ett buskage kan denne känna sig otrygg. Men om man upplever att man har visuell kontakt ökar den upplevda tryggheten på platsen. Likaså känner sig en person mer trygg om den känner igen sig eller känner igen något på platsen och kan bli rädd om den inte vet var den är eller om miljön känns främmande. Om en person ser något mänskligt tecken på en plats kan det både vara betryggande och skrämmande, det beror på om det är tecken på mänsklig vård alternativt att en människa ordnat något eller om det rör sig om vandalism eller nedskräpning. Därtill spelar förväntan att se mänskligt tecken roll. Om en miljö är läsbar så känner man sig tryggare, ett litet antal läsbara ytor gör att större områden blir lättare att förstå och ökar därmed den upplevda tryggheten på platsen. Om det är svårt att förstå platsen så vill människan inte

vara där då den upplevs otrygg. Markens textur och form påverkar om människor tycker om den, hon föredrar plan mark då den utgör en förutsättning för att hon kan röra sig över den. Om en plats uppfattas som mystisk så är det intresseväckande och människor uppfattar det som inbjudande att utforska den. Känslan av att en plats har djup kan förstärkas av lager av till exempel växtmaterial och landmärken. Öppningar i naturmiljön är betryggande både när man är i dem och när man ser dem på avstånd (Kaplan, Kaplan & Ryan 1998, ss. 31-48; s. 163).

Rehabiliterande egenskaper i ett landskap

Det finns egenskaper och element i landskapet som gör att människor upplever att de kan rehabilitera sig, vila och koppla av, nedan följer författarnas sammanställning av de egenskaper och element de funnit i sin forskning.

Så kallad tyst fascination är när den naturliga miljön eller något i den kan göra att allt annat bleknar för en stund och att personen tyst kan beundra det hon ser. Denna tysta fascination är rehabiliterande att uppleva. Att promenera på begränsade platser kan vara en rekreerande upplevelse, även små platser kan utgöra en hel värld. Att uppleva att man är i en annan värld, alltså att vara iväg från vardagens verklighet eller vila från något som kräver sin riktade uppmärksamhet är vilsamt. En plats som är avskild från distraktion gör att det är lättare att känna att man är i en annan värld. Välkänt och bestående material som trä, sten och gamla ting kan förstärka återhämtning. Utemiljön kan vara välgörande för människor som kan iaktta den från ett fönster även om hon inte kan vara i den (Kaplan, Kaplan & Ryan 1998, ss. 67-78; s. 164).

Socialt stöd

Gröna miljöer påverkar alltså människor positivt och gör att de trivs i dem, men en vidare slutsats som Ulrich gör är att trädgårdsmiljöer och gröna utemiljöer kan vara utformade för att underlätta och bjuda in till social kontakt (Cooper Marcus & Barnes 1999, s. 43). Men stöd av forskningsresultat talar han om att den sociala kontakten är positiv för personer över lag, men menar också att det sociala stödet av andra människor indirekt kan påverka sjuka människors tillfrisknande positivt. Utemiljöer som erbjuder platser för såväl stora som små grupper och privata till offentliga platser utgör en god förutsättning för social kontakt (Cooper Marcus & Barnes 1999, ss. 45-46).

Sammanfattning av vad jag tar med mig ur litteraturen till utformningen av gestaltningen

Litteraturundersökningen visar att gröna och framförallt naturlika miljöer har en positiv inverkan på människor (Grahn & Ottosson 2010; Ulrich 1984; Moore 1982; Lokrantz Stigson 2000; Naturvårdsverket 2006; Kaplan & Kaplan 1989; Kaplan, Kaplan & Ryan 1998; Grahn 1997; Norfolk 2000). Källorna talar samstämmigt om att gröna och naturlika miljöer har en bevisat positiv effekt på människors tillfrisknande och har en preventiv funktion mot att människor ska börja leva mer ohälsosamt eller insjukna.

Vidare visar litteraturundersökningen att det finns olika naturmiljöer som människor föredrar och trivs med att vistas i, dessa miljöer är: miljöer som ger intrycket av att alla biologiska behov kan tillfredsställas (Appleton 1996), miljöer eller platser som upplevs säkra och där man har uppsikt över omgivningen (Appletons 1996), savann- och parklika miljöer med en plan mark och spridda träd (Keller S. R. & Wilson E. O. 1993; Kaplan, Kaplan & Ryan 1998), platser med vatten (Keller S. R. & Wilson E. O. 1993) och en läsbar plats (Kaplan, Kaplan & Ryan 1998). Att människor påverkas positivt av platser som de föredrar blev tydligt när författarna beskrev hur personer som vistas i dem uppfattar dem som trygga platser där de kan slappna av och vila.

Den eniga essensen av de källor jag tagit del av är att miljöer med de egenskaper som beskrivits ovan gör att människor kan vila från stress- och flyktpåslag; får lägre puls, slappnar av och kan uppleva det som omger dem och återhämta sig. En närbesläktad effekt som beskrivs i litteraturen handlar om att vila från den riktade och krävande uppmärksamheten genom att fascineras, uppleva att man är ”i en annan värld” eller att komma bort. När människor vilar från den riktade uppmärksamheten kan de återhämta sig och undviker att bli utmattade.

Ytterligare ett sätt människor kan påverkas positivt av naturmiljöer är att den kan svara mot deras behov. De olika naturmiljöerna är platser som svarar mot brukarnas betydelsespelrum (Grahn & Ottosson 2010) och naturtyper för människor med olika sinnesstämning (Grahn & Ottosson 2010). När människor får möjlighet att vistas i miljöer som svarar mot sina behov kan de vila och ges möjlighet att återhämta sig och bli stärkta till att kunna må bättre.

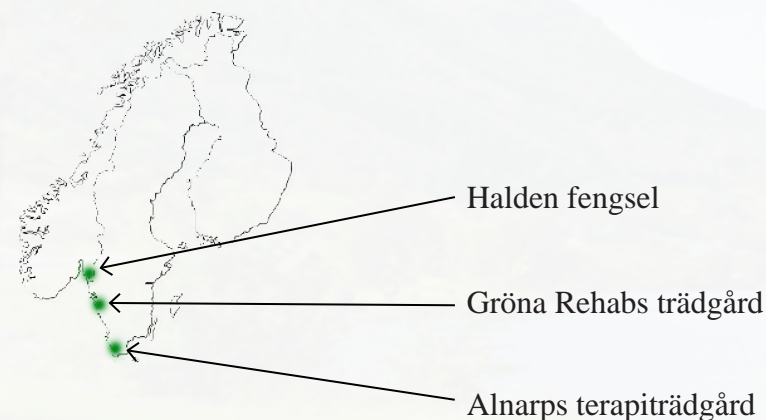
Den sammanfattade kunskapen ur litteraturundersökningen utgör en grund för mitt arbete med att utforma en ny rastgård på Saltviks anstalt så att den ska kunna få en positiv inverkan på de intagna och samtidigt utgöra en trygg miljö för både kriminalvårdare och intagna.

VERKSAMHETER MED GRÖNA UTEMILJÖER I

REHABILITERANDE SYFTE

Natur har genom historien haft olika roller för att påverka människans hälsa och i vården av människor som ska tillfriskna eller återhämta sig. Halden fengsel, Gröna Rehab och Alnarps terapiträdgård är tre nutida och aktiva verksamheter som medvetet urformat sin utemiljö för att den ska ge goda förutsättningar för de människor som kommer till dem att må bra. Dessa tre verksamheter har inspirerat utformningen av Saltviks nya rastgård.

För att se hur en grön miljö kan utformas och användas för att människor som vistas i den ska ges förutsättningar till att må bra presenteras tre referensexempel. Det första är en norsk fängelseanstalt som heter Haldens fengsel, det är omtalat för sin humana miljö både inomhus och utomhus. De två senare är två nationellt erkända rehabiliteringsträdgårdar med verksamheter som tar emot och hjälper människor som lider av stressrelaterad ohälsa, dessa är Alnarps terapiträdgård och Gröna Rehabs trädgård i Göteborg.



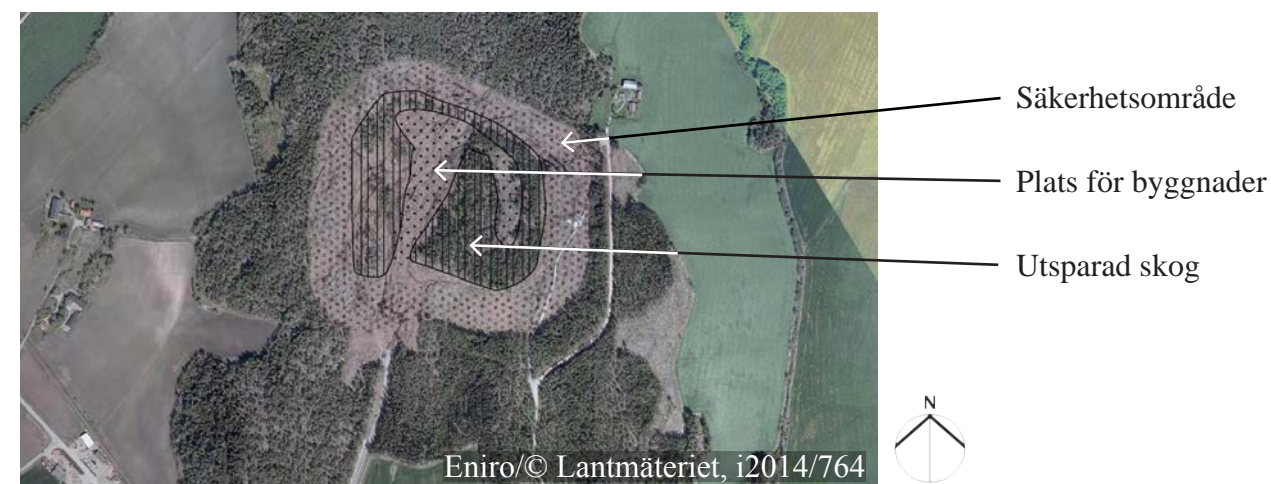
Halden fengsel – världens mest humana fängelse

Halden fengsel är omtalat för att det utmärker sig bland fängelseanstalter med sin mjuka framtoning. Flera journalister har varit på besök hos Haldens fengsel för att berätta för omvärlden hur livet innanför muren är. I artikeln *The Radical Humanness of Norway's Halden Prison* i tidningen *Times Magasin* (Benco 2015) får vi följa med journalisten Jessica Benco på besök hos Halden fengsel i Norge. När Benco beskriver ankomsten till fängelset beskriver hon hur hon reagerade på landets standard då hon körde på de perfekta norska vägarna genom idyllisk tallskog där endast en skylt med texten Halden fengsel markerar avfarten till fängelset. Hon fascinerades över att det inte fanns några varningsskyltar om att inte plocka upp liftare eller synliga stängsel i närheten. När hon närmar sig muren som omgärdar området beskriver hon att den är omkring fyra meter hög och att den består av slät betong. När hon kommer fram till porten ser hon ingen taggtråd, elstängsel eller vaktorn med krypskyttar och sammanfattar att det inte finns något spår av något våldsamt, skrämmande eller hotfullt där.

Halden fengsel ligger i östra Norge, nära den svenska gränsen i höjd med Vänern. Fängelset är omtalat som världens mest humana fängelse. Hela Norges fängelsesystem är sedan 2007 utformat för att så snabbt och humant

som möjligt hjälpa de intagna att återfinna sig i samhället. Halden var det första av Norges fängelser som byggdes enligt denna nya princip. Hela anläggningen är utformad för att minska psykologisk press, mildra konflikter och minimera komplikationer mellan personer.

Utemiljön på Halden fengsel består innanför murarna av omkring 5 hektar mark med en stor mängd tallar bevarade och flera planterade för att spegla tallskogen som växer utanför murarna. Fängelsebyggnaden är designad för att vara anpassad till en mänsklig skala, därför är den inte mer än två våningar hög.



Flygbild över platsen där Halden fengsel skulle komma att anläggas. Stora delar skog och naturmark bevarades i området innanför murarna. Området utanför murarna är en säkerhetszon som ska hållas fri från vegetation.

Benco får träffa Gudrun Molden under sitt besök, hon är en av arkitekterna som har ritat Halden fengsel. De var med i en tävling för att få vara med och rita anstalten och under tiden de arbetade med projektet var de mycket på platsen och kände in den. Teamet bestämde sig för att bevara så mycket som möjligt i den befintliga miljön, en del av deras vision var att de intagna skulle få gå över och uppleva den oregelbundna marken på väg mellan sina dagliga aktiviteter. Benco citerar Molden som menar att "Nature is a rehabilitation thing now" ("Natur är en rehabiliteringsgrej nu") men hon fortsätter och säger att "We don't think of it as a rehabilitation, we think of it as a natural thing in our growing up" ("Vi ser det inte som en rehabiliteringsgrej, vi ser den som en naturlig del av vår uppväxt") och gör en gest mot skogen.

Benco fortsätter att beskriva att de har valt att använda sig av ett så kallat dynamiskt säkerhetssystem på Halden fengsel där säkerheten på fängelset bygger på relationen mellan personalen och de intagna. Detta skiljer sig från så kallade statiska säkerhetssystem där säkerheten bygger på en säkert designad miljö med övervakningskameror, fjärrstyrda dörrar, möbler som inte går att ta sönder och göra vapen av och där personalen uppmanas att ha distans till de intagna. Benco berättar att många av de reportrar som tidigare besökt Halden fengsel har beskrivit det som luxuöst, hon själv berättar att möblerna upplevs vanliga och att man skulle ha kunnat hitta dem på vilket högskola som helst. Det hon däremot beskriver som anmärkningsvärt är att det är just vanliga möbler på anstalten och inga specialmöbler som är tillverkade så att man inte kan vandalisera dem.

När arkitekterna skulle rita fängelset blev de ombedda att designa vaktbåsen små och trånga så att vakterna skulle bli uppmuntrade till att spendera tid med de intagna. Under dagarna umgås kriminalvårdarna med de intagna, spelar spel, kort och fikar. Utomhus kan de intagna få röra sig fritt själva, där finns videoövervakning. I övrigt finns det ingen videoövervakning i klassrum, gemenskinsrum, korridorer, hobbyrum eller i cellerna. Detta för att de intagna ska kunna slappna av och känna sig mer fria.

Benco lyfter tanken om att detta välfungerande fängelse skulle kunna bero på och spegla det välordnade samhälle som Norge har byggt upp, men upplyser att endast tre femtedelar av de intagna är norrmän. De övriga intagna kommer från över 30 andra länder, flest kommer från Östeuropa, Afrika och mellanöstern. Av de 251 intagna är nästan hälften av dem dömda för brott som

mord, misshandel eller våldtäkt och en tredjedel är dömda för smuggling eller drogförsäljning. Trots detta, berättar Benco, är det ovanligt att det förekommer våldsamheter på Halden fengsel. De som uppstår förekommer nästan uteslutande i avdelning A – den sektion dit de som är dömda för tyngst brott förvaras både för andras och sin egen skull.



Flygbild från Kriminalomsorgen i Norge, publiceras med tillstånd. Trots att Halden fengsel byggdes så sent som 2010 så finns stora, uppvuxna träd på området tack vare att de sparade ur den befintliga skogen då de anlade fängelset.

Alnarps terapiträdgård

Verksamheten

Intill en av landets största samlingar av träd och buskar, som är anlagd av Sveriges lantbruksuniversitet i Alnarp, ligger den 2 hektar stora rehabiliteringsträdgården Alnarps terapiträdgård. I trädgården bedrivs ett rehabiliteringsprogram där människor kan få hjälp att återhämta sig från stressrelaterad ohälsa. Rehabiliteringsprogrammet kallas Alnarpsmetoden, det är ett program där 8 deltagare kommer till trädgården och huset som ligger i den under 12 veckor. Under den första veckan kommer gruppen till trädgården en dag mellan kl 09.00 och 12.30, de följande 2 veckorna kommer de två dagar per vecka och nästa 6 veckor 4 dagar i veckan, därefter trappas tiden ut i omvänd ordning, 2 veckor á 2 dagar och sista veckan en dag.

Människans stressystem

I Alnarpsmetoden blir människor med stressrelaterad ohälsa hjälpta. Lena Welén-Andersson och Inga-Lena Bengtsson berättar om kroppens fysiska reaktioner på stress och lugn: ”Stress har kört kroppens kamp- och flyktsystem på högvarv. Trädgårdsterapin aktiverar dess motsats: lugn och ro-systemet. Där har ämnet oxytocin en nyckelroll. Det frisätts bland annat när vi upplever positiva relationer, närhet, beröring, behagliga minnen och sex, men även när vi utför mjuka, smekande, repetitiva rörelser med händerna. Att få trygghet, bekräftelse och psykologiskt stöd ökar också utsöndringen av oxytocin, liksom behagliga och lugna sinnesintryck i allmänhet; en speciell doft, en vacker vy eller musik som man tycker om. När lugn och ro-systemet är igång sänks blodtrycket, hjärtat slår lugnare och smärtröskeln höjs. Det medför att ångesten dämpas, man blir sällskapligare och vågar ta större risker – man slappnar helt enkelt av. Men det leder också till att näringsupptaget i kroppen kan öka och att tillväxt och läkning blir möjlig. De positiva verkningarna tilltar i kraft och blir mer långvariga om man upprepar ”behandlingen”.” (Grahn & Ottosson 2010, ss. 19-20).

Lena Welén-Andersson och Inga-Lena Bengtsson berättar att under en vecka på terapiträdgården har deltagarna möjlighet att delta i kreativt skapande aktiviteter, till exempel bild. Tisdag till torsdag finns trädgårdssysslor och hantverksarbete på agendan, de anpassas efter naturens skiftningar och deltagarnas önskemål. Och under tisdagen eller onsdagen finns en sjukgymnast och en psykoterapeut på plats för att ta emot besök. Hos psykoterapeuten kan man få hjälp att prata om kropp, själ och känslor och hos sjukgymnasten får många deltagare hjälp att lösa kroniska spänningar (Grahn & Ottosson 2010, ss. 13-27).

Trädgårdens avgränsning består av ett staket som omger hela trädgården. Tanken är att avgränsningen har en viktig funktion att signalera till individerna som kommer dit att de är i en säker miljö. Miljöerna inne i terapiträdgården, både utemiljön och inne i huset är utformade så att de inbjuder till både aktivitet och vila så att deltagarna underlättas att välja en aktivitet som motsvarar deras sinnesstämning (Grahn & Ottosson 2010, s. 17).



Satellitbild över Alnarps terapiträdgård, trädgården är omgiven av SLU:s odlingar och byggnader.

En dag på Alnarps terapiträdgård

Lena Welén-Andersson och Inga-Lena Bengtsson beskriver hur en dag i Alnarps terapiträdgård kan se ut på detta sätt: "Dagen inleds med en kopp örtte i vinterträdgården. Där slår man sig ner i de gamla trädgårdsstolarna med färskinn i och får sina sinnen väckta av pelargonens doft och örtteets värme som sprider sig i kroppen. Där får man chansen att lämna tankar på hem och familj och komma in i en lugn sinnesstämning tillsammans med övriga i gruppen. Efter testunden erbjuds avslappning i välkomstrummet, som ligger i anslutning till vinterträdgården, eller utomhus. Rummet är inrett i ljusa färger med sköna korgstolar för vila och i en del av rummet står färger, pappersmaterial och stafflier redo att så småningom locka till kreativt skapande. Gruppen samlas sedan för att få information om vilka aktiviteter som erbjuds under dagen och för att välja vad man vill göra tillsammans med terapeuterna. Dagens avslutning sker i vinterträdgården eller utomhus där deltagare och terapeuter samlas kring en fika. Det bjuds ofta på nybakat rosmarinbröd, hemgjord pesto och liknande. Doften från brödet och smaken av peston kan locka tillbaka lusten att laga mat igen, något de flesta inte haft kraft och ork till under lång tid. Brödet bakas till en början av personalen, men så småningom får ofta någon deltagare lust att baka." (Grahn & Ottosson 2010, s. 17-18).



Illustrationsplan över Alnarps terapiträdgård.
 Bilden publiceras med tillstånd av Fredrik Tauchnitz.
 Bilden är hämtad från första uppslaget i *Trädgårdsterapi : Alnarpsmetoden*
 (Grahn & Ottosson 2010).

Innehållet

Trädgårdsmästare och landskapsarkitekt Fredrik Tauchnitz beskriver i boken Trädgårdsterapi de olika delarna i Alnarps terapiträdgård. Nedan presenteras de olika delarna individuellt:

Välkomstträdgården

Detta större trädgårdsrum är indelat i flera mindre rum med olika karaktär. Här finns en del med planteringar av sommarblommor, de har milda färgteman och det senaste Tauchnitz beskriver är ”blåbär och mjölk” (Grahns & Ottosson 2010, s. 37). Denna del av trädgården erbjuder besökarna rofylldhet och artrikedom. Sommarblommorna kan också uppfylla den pedagogiska insikten om att även det som kan se livlöst ut kan få liv och blomma om det sköts om.

I denna blomstrande del av trädgården stimuleras deltagarnas sinnen av växt- och markmaterial som pockar på uppmärksamhet från syn, smak, doft, hörsel och lockar till beröring. Tauchnitz ger exempel på att lammöronens ludna blad är en populär växt och berättar att skiftande markmaterial som bark, gräs, grus och singel lockar deltagarna till att uppleva marken under sina fötter.

Rummen i Välkomstträdgården är indelade med avenbokshäckar, dessa bidrar med volym och prasslande ljud även under vinterhalvåret, men de har också en indelande och avskärmande funktion året om. Häckarnas höjd varierar, vid sittplatser är häckarnas höjd anpassade så att platsen upplevs skyddad när man sitter ned och att det är lätt att få en överblick över omgivningen om man ställer sig upp (Grahns & Ottosson 2010, s. 38).

I Välkomstträdgården finns en gräsbeklädd kulle som man kan ligga på och en damm. En populär plats i välkomstträdgården är en plats där man kan sitta med ryggen mot ett uthus, under ett tak av trädkronor och där man är omgiven av en gammaldags plantering av ”löjtnantshjärta, bondpion, fingerborgsblomma, julros, flox och höstanemon” (Grahns & Ottosson 2010, s. 39).

Den urbana trädgården

I den urbana trädgården beskriver Tauchnitz att materialen som betonar platsen är betong och metall. Här används ett strikt och enkelt formspråk. I denna trädgårdsdel finns en grönskande pergola, solstolar och hängmattor och en knappt meterbred kanal med vatten som är 26 meter lång och innehåller guldfiskar och ett porlande vatten.

Växthuset

I den Urbana trädgården ligger ett iglooformat växthus som är uppvärmt året om. I detta växthus drivs små plantor upp om våren. I detta lilla rum hålls samtalen med psykoterapeuten. I det vanliga 8 x 12 meter stora växthuset kan de uppdrivna plantorna från iglooväxthuset växa vidare till de är redo för att planteras ut i trädgården. Växthuset är mycket uppskattade av deltagarna, de trivs i den varma växtmiljön. I början av växtsäsongen under april och maj är det fullt av plantor i växthuset, men när majoriteten av plantor flyttats ut i trädgården används växthuset som ateljé, avslappningsrum, för uppträdanden, för skördefest eller liknande (Grahns & Ottosson 2010, s. 42).

Skogsträdgården

Skogsträdgården är en miljö som är inspirerad av naturen, här står alla växter fritt placerade med hänsyn till dess naturliga behov av ljus och skydd. Växtmaterialet är framförallt sådant som man kan äta eller nyttja till hantverk. Här växer till exempel rabarber, mynta och smultron (Grahns & Ottosson 2010, ss. 42-43).

Köksträdgården

I köksträdgården är det ordning, här växer grönsaker och rotfrukter i prydliga rader. Här får deltagarna en egen plätt att odla och skörda (Grahns & Ottosson 2010, ss. 43-44).

Ängen

Ängen är ett öppet område med förvildade växter, den plana ytan erbjuder en vy att se ut över och vill representera den savannlika miljön som forskare hänvisar till att människan föredrar (Grahns & Ottosson 2010, s. 46).

Plommonlunden

Plommonlunden är idag bevarade träd från en tidigare odling som uppskattas på grund av sin vårblom och fruktsättning om hösten. Målet med ytan är att den ska utvecklas till ett skogsparti som ska ge besökare skydd och erbjuda artrikedom och skörd av bär och nötter (Grahns & Ottosson 2010, ss. 46-47).

Gröna Rehabs trädgård

Gröna Rehab är belägen i Lilla Änggården cirka 1 kilometer söder om Göteborgs botaniska trädgård. Precis som Alnarps terapiträdgård är Gröna Rehab en verksamhet med en arbetsgrupp och miljöer som är anpassade för att hjälpa människor att rehabilitera sig ifrån stressrelaterad ohälsa. Verksamheten följer samma upplägg som Alnarpsmetoden vad gäller antal deltagare och tid som de spenderar i rehabiliteringsprogrammet.

Verksamhetsledare Eva-Lena Larson beskriver att arbetet med grön rehabilitering är ett integrerat samspel mellan den kliniska vård som sjukvården kan erbjuda och den positiva inverkan naturen har på människor (Larsson 2010, s. 37). Hon beskriver att inom arbetet med Gröna Rehab finns flera viktiga ingredienser så som trädgårdsarbete, skogspromenader, arbetsterapeut, sjukgymnastik, terapeutiska arbetsmetoder och de små, men inte oviktiga kaninerna och katten som bor på gården. En av verksamhetens målpunkter är att de personer som kommer till dem för att rehabiliteras vistas utomhus åtminstone hälften av tiden de är där.

Recept på en rehabiliterande trädgårdsmiljö för ohälsosamt stressade personer

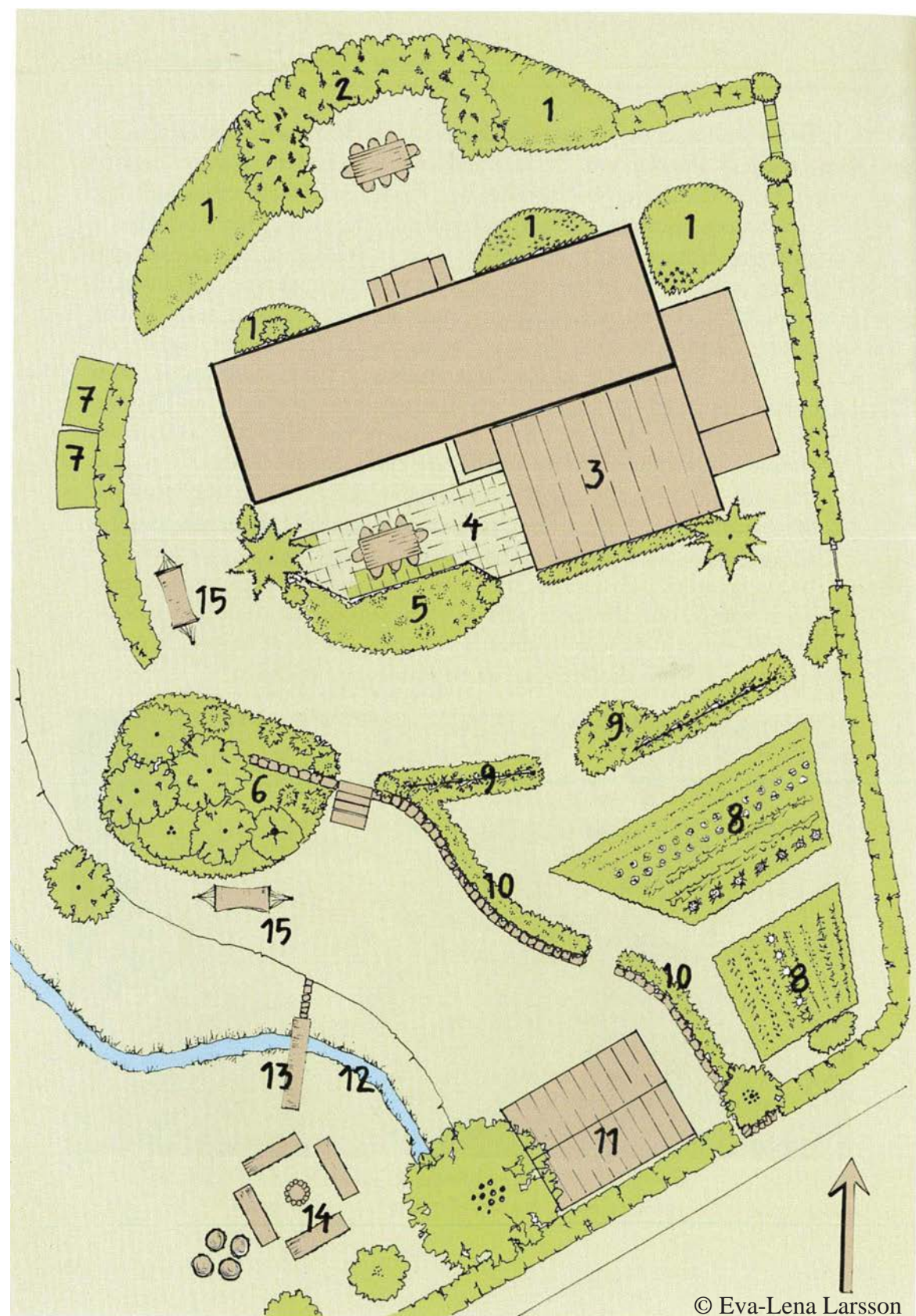
Rigmor Celander, chef för trädgårdsverksamheten i Göteborgs botaniska trädgård och Lena Benjegård, trädgårdsmästare på Gröna Rehab, sammanfattar sina erfarenheter och sin kunskap om vad rehabiliteringsträdgårdar bör innehålla i följande punkter (Larsson 2010, s. 52):

- Trädgården skulle vara skyddad av någon form av hägn som skapade rumslighet och hemkänsla och som utestängde allt

för närgångna blickar från förbipasserande. Hägnet fick dock inte vara allt för tätt, det måste fortfarande erbjuda försiktiga möjligheter till utblickar mot och inblickar från omvärlden så att man har möjlighet att iaktta vem eller vad som närmar sig.

- Sittplatser skulle finnas i olika miljöer som gav deltagarna möjlighet till enskildhet, när så önskades och sällskap, när man var redo.
- Sinnesupplevelser av olika slag är viktiga. Ljudet av porlande vatten eller vindens sus i växtligheten skulle inge ro. Dofter från blommor och örter skulle ge en känsla av välbefind och lugn.
- Trädgården skulle innehålla många olika men allmänt kända växter som deltagarna hade en relation till sedan tidigare. Löjtnantshjärta, pion, prästkraze, iris, riddarsporre, aster och rudbeckia fanns i tankarna. Välskända buskar och träd som rosor, bärbuskar, schersmin, syren, rododendron och fruktträd skulle ge en känsla av rikedom utan att överväldiga och förvirra.
- Färgsättningen i perennrabatterna skulle innehålla en mild och harmonisk färgskala för att ge ett lugnt och sammanhållet intryck.
- Att skapa vilplan i anläggningen kändes viktigt. En lutande markyta ger en känsla av oro och inbjuder inte till lugn och kontemplation.





Gröna Rehabs trädgård

1. Perennrabatter vid husets entré
2. Syrénerså för svalkande pauser
3. Inglasat uterum fanns redan på plats
4. Uteplats i söderläge
5. Örtagård
6. Rododendron
7. Komposter samt huggkubbe och vedupplag
8. Upphöjda odlingsbäddar
9. Spaljéer med klängande rosor, björnbär, klematis och bokharabinda
10. Bärbuskar på stödmurens ovansida
11. Kallväxthus
12. Bäck
13. Träbro
14. Samlingsplats vid eldstaden
15. Hängmattor

Innehållsförteckning från *Gröna Rehab* (Larsson 2010, s. 55).

Illustration över Gröna Rehabs trädgård. Bilden publiceras med tillstånd av Eva-Lena Larsson. Bilden är hämtad från *Gröna Rehab* (Larsson 2010, s. 54).

0 2 4 6 8 10 20 m

1:200 /A3

Reflektion över verksamheternas utformning och arbete

När jag tagit del av information om Halden fengsel, Alnarps terapiträdgård och Gröna Rehabs trädgård upplever jag att det är tydligt att de har ansträngt sig för att utforma en utemiljö som ska kunna ge så goda förutsättningar som möjligt för att människor ska må så bra som möjligt i den. Alla tre verksamheter framhåller att de omgivande människornas inverkan på de människor som är hos dem har en än viktigare roll än miljön att spela i deras välmående. På Halden fengsel är kriminalvårdarnas närvaro av stor vikt för de intagnas utveckling mot att återfinna sig i samhället och på Gröna Rehab och i Alnarpsmetoden har de olika närvarande yrkesgrupperna olika roller för att hjälpa deltagarna att återhämta sig från stressrelaterad ohälsa. Jag finner att samtliga av dessa exempel styrker och framhåller vad jag tycker mig se i samtliga källor jag tagit del av; människor påverkas av den miljö de befinner sig i och den ger olika förutsättningar till vilka aktiviteter människor känner sig uppmuntrade till att utöva i miljön. Samt att den största och viktigaste faktorn vi människor blir påverkade av är de människor vi möter och har omkring oss.

SALTVIKS RASTGÅRD

Saltviks anstalt

Saltviks anstalt är en fängelseanstalt med högsta säkerhetsklass som är belägen strax norr om Härnösand vid landets östra kust. Anstalten är belägen nära E4:an och en halkbana för bilprovning. Mellan E4:an och anstalten ligger ett industriområde. Platsen är belägen omkring 50 meter över havet och terrängen sluttar ned till Ålandsfjärden. Den omgivande terrängen domineras av norrländsk blandskog med en majoritet av barrträd. Marken består till största del av morän och det förekommer berg i dagen.

Anstaltens placering i landskapet är på en höjd som sluttar mot nordväst och byggnaderna på området är placerade så att människor som befinner sig i byggnaderna kan ta del av den vackra, vidsträckta utsikten över det undulerande landskapet och fjärdens vatten. Detta gäller för majoriteten av de intagna, men det finns även ett fängelse i fängelset med extra hög säkerhetsklass. De personer som befinner sig i den byggnaden kan ej ta del av landskapet då byggnaden och rastgårdarna är i markplan och tätt omgivna av en omkring 6 meter hög mur.

Den höga säkerhetsklassen på anstalten medför att den statiska säkerheten är väl tilltagen. Efter ett antal spektakulära rymningar som utfördes under 90-talet skärptes säkerheten på svenska anstalter avsevärt. Det finns hinder runt anstalten i form av en omkring 4 meter hög mur och ett flertal rader med staket med concertinatråd (rakbladstråd) i toppen. Utanför muren finns en säkerhetszon.

Befintlig situation

På en av anstaltens avdelningar förvaras 62 intagna. 6 stycken av dem är ungdomar som nyligen (inom ett halvår) beretts plats på anstalten. I dagsläget har avdelningen tillgång till två rastgårdar. De är relativt fördelaktigt belägna på området, frikopplade från det närliggande bostadshuset, detta medför att husens skugga inte når rastgårdarna vilka alltså kan bli solbelysta hela dagen.

Rastgårdarna är inhägnade av ett omkring 5 meter högt stängsel med concertinatråd i toppen. Rastgårdarnas fria placering i den öppna omgivningen, som består av vägar och gräsmattor, kompenseras av staketets rumsbildande effekt. Trots att staketet är genomsiktligt bidrar det till att platsen upplevs delvis omsluten. De befintliga rastgårdarna är omkring 15 x 30 meter stora. Båda har ett vaktbås placerade i gården och en varsin basketkorg. Den västra gården har en streetbasketplan och en gräsmatta omkring 5 x 10 meter stor, gården är till största delen hårdgjord. Den andra rastgården har en fullstor basketplan som dessutom har hållare för ett volleybollnät. Det finns en plantering i ett hörn av gården och ett par bänkar, förutom planteringen så är gården hårdgjord.



Saltviks läge i landskapet, toppografisk karta



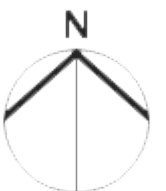
Saltviks läge i landskapet, flygfoto



Saltviks anstalt med platsen för den nya rastgården markerad, flygfoto



Platsen för den nya rastgården på Saltviks anstalt, flygfoto



Behov av en ny rastgård

I och med att ungdomarna kommer med sina behov till avdelningen och de redan höga krav som ställs på de befintliga rastgårdarna så har det tagits beslut om att det ska anläggas en ny rastgård för gruppen att nyttja. Den nya rastgården ska ligga i anslutning till de två befintliga och entrén till den nya rastgården blir via en förlängning av den befintliga entrévägen till de befintliga rastgårdarna.

Platsen för den nya rastgården är en gräsyta som sluttar omkring 2 till 3% mot norr. Ytan som är avsedd har ingen definierad form eller yta, men den avgränsas i syd, nord och väst av en vägstruktur. Det växer ett par nyligen (5-10 år) planterade träd på platsen och en omkring 15 meter hög, äldre tall. Omgivningen kring platsen är plan, men i syd står en omkring 4 våningar hög byggnadsstruktur som utgör ett avslut för vyn söderut. Fönsterna på den närmsta byggnaden tillhör framförallt rummen för allmänna utrymmen för de intagna som nyttjar de omnämnda rastgårdarna. I de övriga byggnaderna huserar andra intagna samt arbetar kriminalvårdens personal. I norr begränsas vyn av den omkring 4 meter höga betongmuren som ligger mellan 20 till 70 meter bort. Mot nordöst löper en 100-200 meter lång siktlinje. Mot öst och väst möts vyn endera av byggnader eller muren.

Så används de befintliga rastgårdarna

De intagnas användning av rastgårdarna varierar inte särskilt mycket, de flesta går eller joggar bara runt, runt eller så står de och hänger berättar personal på Saltviks anstalt (muntlig kommunikation 9/3 2016). Under sommaren, då det är bra väder, är det så hög efterfrågan att få ligga och sola på gräset att alla som

vill inte får plats. Det är väldigt vanligt att de intagna använder rastgården för att röka. I den mån det finns sittplatser så används de. Basketkorg och volleybollnät (i dagsläget är en av stolparna trasiga på grund av skada vid snöskottning) nyttjas begränsat. Eftersom att rastgårdarna används året om i alla väder så har de uppfört tak som fungerar som väderskydd då det var ett så stort behov.

Så skulle de tre rastgårdarna användas

De två befintliga rastgårdarna och den tredje som ska anläggas används på följande sätt: de används av de intagna omkring en timme varje dag, men om det till exempel är behagligt väder kan tiden förlängas. Av de 62 intagna som använder rastgårdarna får max 30 personer vistas där åt gången och de 6 intagna ungdomarna är separerade från de övriga intagna. De intagna delas in i grupper som roterar vilken av de tre gårdarna de använder.

Rastgårdens användare – dessa är de och detta är deras behov

Användarna av en plats som ska gestaltas står i centrum, de som kommer att använda rastgården på Saltviks anstalt är primärt de intagna och sekundärt kriminalvårdarna. Då de intagna är en stor och divers grupp som ständigt förändras i och med att straff avtjänats och och påbörjas så är det vanskligt att dra specifika slutsatser som karaktäriserar brukargruppen och dess behov och önskningar. Däremot kan statistik och antaganden ge en fingervisning om brukargruppen. I samtal med anställda på Saltviks anstalt har de talat om att fördelningen mellan deras intagna motsvarar ungefär den statistik som finns för hela landet (se sida 8 i detta arbete), samtidigt berättade de att det förekommer

en stor variation bland de intagna när det kommer till ålder och längd på fängelsestraff på anstalten.

Omkring 40% av de intagna är psykiskt sköra (Kriminalvården 4 u.å.) och att både sköra och starka individer upplever att frihetsberövandet är en smärtsam process (Grebovic 2001), detta gör att det är rimligt att anta att det finns psykiskt sköra personer representerade bland de intagna. Att ett antal av de intagna avtjänar ett livstidsstraff på Saltvik gör vidare att det är rimligt att anta att det finns en god chans att flera av dem vänjer sig vid livet på anstalten och har tid att finna sig till rätta och bli hemstadda där. Det finns flera exempel på anstalter där intagna som avtjänar långa straff tillåts att röra sig friare och får ansvar för särskilda uppgifter eller ges möjlighet att gå i kloster på en del av anstalten (muntlig kommunikation Romanus 27/1 2016 & Sköldh 9/3 2016; Kriminalvården 7 uå.). I och med detta är det rimligt att anta att även psykiskt välmående intagna också brukar rastgården. Eftersom människors välmående påverkas av en mängd variabler och vi har kunnat anta att ytterligheterna välmående respektive svaga eller sköra personer finns representerade så kan vi också förutsätta att det förekommer en spridning i det spektra av mående som finns däremellan. Inom detta spektrum förklarar Grahns behovspyramid (Grahns & Ottosson 2010) till exempel att det finns människor i mellanregistret av välmående som önskar vara emotionellt deltagande, men själva ej delta i aktiviteten de övriga personerna i sammanhanget ägnar sig åt.

Program

För att möta de behov och önskemål som presenterats från Kriminalvården, tillämpa de kunskaper som redogjorts för i litteraturgenomgången och med inspiration från verksamheter med rehabiliterande gröna miljöer har essensen av dessa sammanställts till programpunkter. Programmet svarar mot gestaltungsproblematiken som inryms i frågeställningen: ”Hur kan den nya rastgården på Saltviks anstalt utformas så att den skulle kunna få en positiv inverkan på de intagnas välmående samt utgöra en trygg miljö för såväl intagna som kriminalvårdare?”.

Grundkrav och möjligheter

I och med den höga säkerheten på Saltviks anstalt så finns krav på minsta säkerhet som skall uppfyllas av den fysiska miljön i form av fysiska hinder och övervakning. De intagnas sysselsättningsplikt öppnar för möjligheter att erbjuda dem sysselsättning som är kopplat till byggkonstruktioner och skötsel på rastgården. Nedan följer en lista över dessa grundkrav och möjligheter:

- Rastgården måste omges av ett 5 meter högt staket av gunnebostängsel med concertinatråd längst upp
- En vaktkur ska vara placerad i gränsen mellan rastgården och den angörande väg som leder till den från bostadshuset
- Gården ska kunna övervakas från en vaktkur som skall vara placerad i gränsen mellan rastgård och angörande passage
- Lösa föremål som kan användas som tillhyggen ska undvikas
- Träd ska placeras med hänsyn till att de ej ska kunna nyttjas för att klättra över stängslet
- Byggda installationer och vegetation ska vara konstruerade och placerade så att personer ej ska kunna gömma sig bakom dem
- Gården sköts av en eller att par intagna som får i uppdrag att sköta gården som en del av sin dagliga sysselsättning
- Det finns snickeri på anstalten där intagna tidigare har byggt de väderskyddande taken på de befintliga rastgårdarna, det finns en möjlighet att de kan snickra andra element till den nya rastgården

Saltviks önskemål

Personal

På uppstartsmötet för den nya rastgården på Saltviks anstalt fick jag träffa fyra anställda från Kriminalvården. Under mötet berättade de för mig om de ovannämnda krav och möjligheter som finns och vidare om de behov de sett utifrån de intagnas användning av rastgårdarna, till exempel att det är många av de intagna som röker, att de vanligtvis promenerar runt rastgården

och behov av väderskydd. Jag frågade bland annat om begränsningar och möjligheter vad gäller växtlighet, ekonomi och vatteninstallationer. De svarade att de intagna måste kunna övervakas från vaktkuren vilket gör att vegetation ej får begränsa den visuella kontakten. Att det finns ekonomi till denna rastgård, så jag skulle inte begränsa utformningen på grund av det. Vatteninstallationer var inte några problem, de nämnde till exempel att de har pooler på Tidaholm och Kumlas anstalter. Personal på Saltviks anstalt hade själva börjat skissa på ett förslag till utformning av den nya rastgården, men de visade mig inget material på grund av att de inte ville ”störa min kreativa process”. Därmed fick jag endast grundläggande funktionella önskemål från personalen och inga konceptuella idéer. Personalens önskemål var följande:

- Gräsytor för att sola och utöva bollsporter på
- Promenadstråk för motionsträning
- Tak för väderskydd
- Odlingsmöjligheter för de intagna med självhushåll för 6-8 personer. Odlingen bör hägnas in med staket för att förhindra sabotage från de övriga intagna.
- Möjlighet till träning då gymmen inomhus är populära och används flitigt
- Grönska över lag, det skulle tillföra en ytterligare dimension till rastgården

Intagna

Då ett av de främsta målen med ett gestaltungsförslag är att möta de behov och önskemål som finns hos dem som använder platsen var jag i högsta grad intresserad av att höra vilka önskemål de intagna hade för den nya rastgården. På grund av den sekretess som föreligger de intagna hade jag ej möjlighet att ta kontakt med dem och jag bedömde att enkäter skulle vara för tidskrävande i detta projekt. En anställd som hade möjlighet att fråga de intagna om önskemål för rastgården å mina vägnar återkom med följande besked: att de intagna önskade en fotbollsplan med gräs, ett stenlagt promenadstråk runt gräsytan, inga övriga planteringar utöver gräsmattan och ett utegym. På grund av att jag inte haft någon kontakt med någon intagen personligen och att den information jag fick var knapphändig och endast förmedlades genom en person så har jag ej lagt så stor vikt vid dessa önskemål som jag skulle ha gjort om förhållandena var gynnsammare.

Vision

Saltviks nya rastgård är en mjuk, tydligt läsbar, stimulerande och inspirerande miljö att vila sinnet från anspänningen att vara frihetsberövad och känna frihet från anstaltens strikta ordning. Här ska de intagna kunna hämta kraft och ladda kropp och själ med ny energi i. Den nya rastgården blir en grön utemiljö som uppmuntrar till samtal och tankar om livsförändring. Genom att rastgården stimulerar sinnen och inspirerar till aktivitet påverkas de intagnas välmående positivt.

Programpunkter utifrån litteraturgenomgång med inspiration från referensexemplen

- En grönskande och naturlig rastgård med inslag av vatten som ger intrycket av att alla biologiska behov kan tillfredsställas i likhet med Gröna Rehabs trädgård och Alnarps terapiträdgård
- En savann- och parkinspirerad rastgård med en plan mark och spridda träd där det finns platser som upplevs säkra och där man har uppsikt över omgivningen i likhet med utemiljön vid Halden fengsel
- En rastgård som uppfattas läsbar och erbjuder en bredd av platser som svarar mot användarnas behov i stil med Gröna Rehabs trädgård och Alnarps terapiträdgård
- En rastgård som uppfattas som trygg och sympatisk genom att erbjuda inslag av till exempel känt material och djup och öppningar så som Gröna Rehabs trädgård och Alnarps terapiträdgård
- En rastgård med rehabiliterande egenskaper så som miljöer som inspirerar till tyst fascination, erbjuder avskildhet från distraktion eller ger känsla av att vara i en annan värld i likhet med utemiljön vid Halden fengsel, Gröna Rehabs trädgård och Alnarps terapiträdgård



SALTVIKS NYA RASTGÅRD

En grön rastgård

Saltviks nya rastgård är till största delen grön. Den gröna miljön är så när som på gräsmattan inspirerad av olika naturtyper. Vegetationen formar rumsbildningar och volymer som bidrar till olika upplevelser när man rör sig över gården. Busk- och markskiktet består framförallt av överblickbara, glesa och ljusa volymer. Växtmaterialet kan upplevas med alla sinnen vilket bidrar med ett välgörande stimuli.

Ett mjukt intryck

Formspråket har använts för att ge ett mjukt intryck. Målet är att rastgården ska utgöra en kontrast mot maktuttryck och att den ska få vara en vilsam miljö för de intagna att komma till och andas ut och ladda ny energi. För att rastgården ska upplevas trygg har den utformats så att den uppfattas som enhetlig samtidigt som den är indelad i tydliga delar.

Social interaktion och aktivitet

På rastgården finns möjlighet att välja grad av social interaktion och aktivitet. På trädäcket kan både större och mindre grupper umgås i olika väderlek. Vid växthuset, utegymmet, på ången och på gräsmattan finns plats för större och mindre grupper. För personer som vill vara mer ifred kan singelhammockarna eller en hängmatta vara goda alternativ. Rastgården uppmuntrar till och ger plats för olika sätt att delta i sociala och fysiska aktiviteter.

Livfullt

Rastgården upplevs som ett livfullt, mjukt och intresseväckande uterum. Livet bidrar både växter, djur och insekter med till rastgården. Det bor fiskar i dammen och höns i den nordvästra delen av rastgården. Träd och buskar drar till sig fåglar och tillsammans med perenner och örter även fjärilar och insekter. Inte minst bidrar de intagna till att platsen blir en levande plats.

Välkomnande perennhav

Besökare som kommer till och går från rastgården passerar genom det *Välkomnande perennhavet*. En övervägande skir volym bildas av ett flertal prydnadsgräs och luftigt flockblommiga perenner och dekorativa, maffigt blomstrande perenner bjuder besökare närmre för att studera dem. Perennhavet är en varierad plantering som är inspirerad av prärien med toner i silver, lila, rosa, gyllenbrunt och vitt. Ett stort antal olika sorter av perenner harmoniserar och kontrasterar varandra. Till exempel så kan blodtoppens röda knoppar till blomsamlingar fördelaktigt träda fram mot den högre glansmiskantusens fluffiga volym i bakgrunden.

Det *Välkomnande perennhavet* ser bra ut året om med tidiga lökar som hälsar våren, blommande perenner och prydnadsgräs som avlöser varandra under vegetationsperioden och gräs och ståndare som vackert bär köldens frost och fångar solens strålar om vintern. Växterna i planteringen är placerade i relativt fria grupper, de högre växterna är placerade i mitten eller i bakkant av planteringen och de lägre i framkant. I denna plantering finns en detaljrikedom året om. (Se förslag till växtmaterial i bilaga.)

Vid entrén fungerar en torglik markbeläggning som en entrématta, den består av flammad grå granit och stenarna är 20 x 50 cm stora och ligger i förband. Stenläggningen förstärker

känslan av att ytan utgör en plats som man kan vara på och den har både en visuell och funktionell funktion av att utgöra en entré. Vid det *Välkomnande perennhavet* blir det en naturlig startpunkt på gång- och löpslingan som är täckt av barkflis och sträcker sig runt hela rastgården. Det *Välkomnande*

perennhavet hälsar de intagna välkomna och välkomna åter varje dag, åter om.



Ängsträdgården

Här är marken täckt med en matta av ängsblommor och gräs som växer på en typisk norrländsk äng, till exempel liten blålocka, backnejlika, prästkrage och rödkämpar. Ängsväxter gynnas av bete vilket gör att de tål att trampas ned, men för att den ska upplevas omhändertagen klipps gångar med hjälp av gräsklippare. På ängen kan man gå, ligga och sitta och ta del av alla örter och gräs som växer där, titta upp i fruktträdens kronor eller blunda och lyssna till insekter som hittat dit.

I ängen står fruktbärande träd med ätbara frukter som går att odla i Sverige. Det är äppel-, päron-, plommon- och körsbärsträd av sorter som anses odlingsvärda på grund av dess vällmakande frukt. Träden står placerade så att de bildar en upplevelse av rumslighet i de olika områdena av *Ängsträdgården*. *Ängsträdgården* har en öppen rumslighet med ett luftigt tak, ett enkelt men detaljrikt golv av gräs och örter och öppna väggar.

I ängen står täta grupper av vår- och höstlök, de kommer med vacker blomning och hälsar våren och hösten välkomna. Ängen växer under vegetationssäsongen som den vill, men den slås en gång om året under sensommaren, växterna avlägsnas efter att mogna frön har lossnat efter cirka en vecka för att inte göda ängen som gynnas av näringsfattiga förhållanden. (Se förslag till växtmaterial i bilaga.)



Ängsträdgården är välmöblerad med ett växthus med tillhörande trädäck, odlingslotter och hängmattor. Växthuset fungerar både som ett behagligt uterum och som växthus för de intagna att odla i. Träddeckat intill växthuset ligger i behagligt solläge med utblick över gården. Intill

växthuset bor även anstaltens höns, de bidrar med liv, ljud och ägg. Odlingslotterna är till för de intagna med självhushåll, de får varsin relativt liten lott (0.8 x 3 m). Lotterna är lätta att nå över och den begränsade ytan minskar risken att det blir en stor börda för den intagne att sköta. Samtidigt är den tillräckligt stor för

att kunna odla mat och blommor på. Inom odlingsområdet finns tre parkbänkar och två kompostkärl. Det tredje och sista området i *Ängsträdgården* har ett blomstrande ängsgolv, fruktträdstak och hängmattor att ligga och vila, samtala och njuta i.



Trädäck med väderskydd och fiskdamm

Vid dammen finns växter med både skira och köttiga blad, i en varierande höjd från bröst höjd ned till marktäckande. Blad i blåa toner och blommor i gult dominerar vid dammen. I planteringen är dagliljornas och strandirisens köttiga blommor framträdande, men här finns också de fluffigt blommande silverastilben och älggräset som ger volym. En sammanhållande grönska bildas av strutbräken, penningblad och sammetsdagdkåpa och i vattnet blommar den vita missnen. (Se förslag till växtmaterial i bilaga.)

Platsen som ligger mest i centrum på rastgården är trädäckets med en solbänk och ett hängande trädäck. Det generösa trädäckets på marken är upphöjt från som minst 15 cm. På däckets kan man sitta eller ligga och doppa händer eller fötter i fiskdammen. Den långa solbänken är solbelyst året om så när som på under högsommaren, då skuggar taket bänken. Taket är brett och lutat så att det skyddar bänken från regn, men tillåter solen att belysa bänken under årets svala och kalla period. Det hängande trädäckets ovansida är 30 cm ovan markdäckets, det ger en härligt svävande känsla.

I dammen bor guldfiskar som är stimulerande att se på. Trädäckets sträcker sig över vattenytan tillgängliggör vattnet.



Lund med singelhammockar och träning

Den lundinspirerade planteringen består av låga, bulliga, utbredda grupper av frodiga perenner med olika textur och form som bildar ett böljande marktäcke i nivåer från en decimeter ovan mark upp till midje- och brösthöjd och i planteringen står spridda träd. Perennerna är frodiga, planteras i grupper av varierande storlek och breder ut sig och bildar marktäckande bestånd och en böljande volym. Flera olika sorters träd och buskar av sorter som naturligt växer i svenska skogar bildar volymer som ger en mer omsluten känsla och utgör en stomme för planteringen året om.

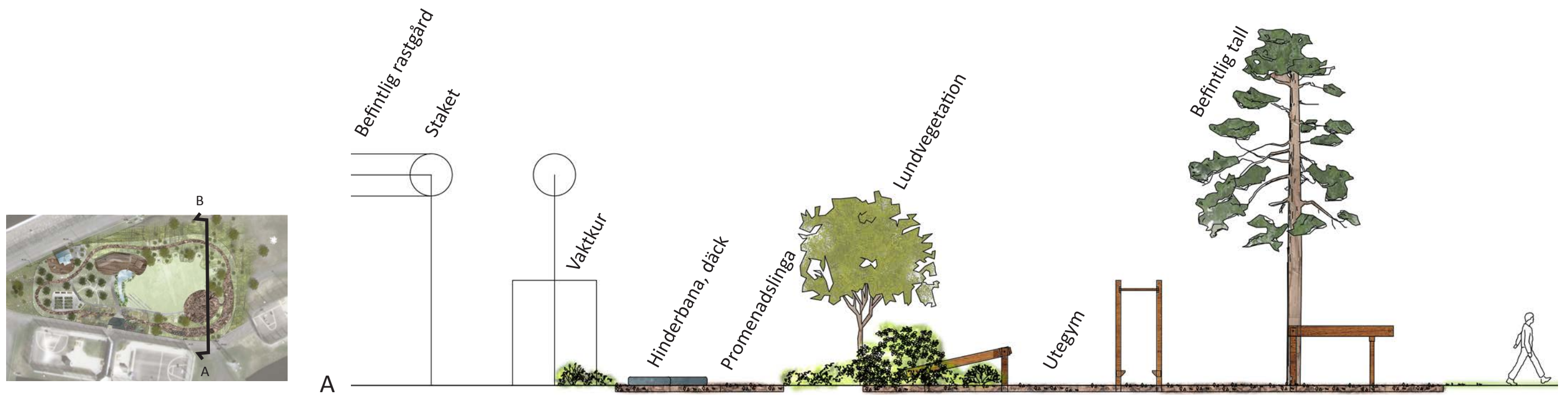
Lundplanteringen har en mild, men varierad färgskala, en frisk grönska dominerar, men här finns inslag i blad och blommor med röda, rosa, lila, blå, gula och vita färger. Perennernas blomning sträcker sig från den tidiga julrosen i april till den silvriga höstanemonen i oktober. Även träd och buskar bidrar till prakt och grönska; lönnen blommar med ljusgröna blommor i april-maj och har liksom benveden en färgstark höstfärg, benveden får dekorativa frukter, skogskornellen har ett färgstarkt grenverk och måbären har gröna, friska blad från och med april-maj. Därtill bidrar schersmin, doftrips och lind med särskilt behaglig doft till rastgården. (Se förslag till växtmaterial i bilaga.)



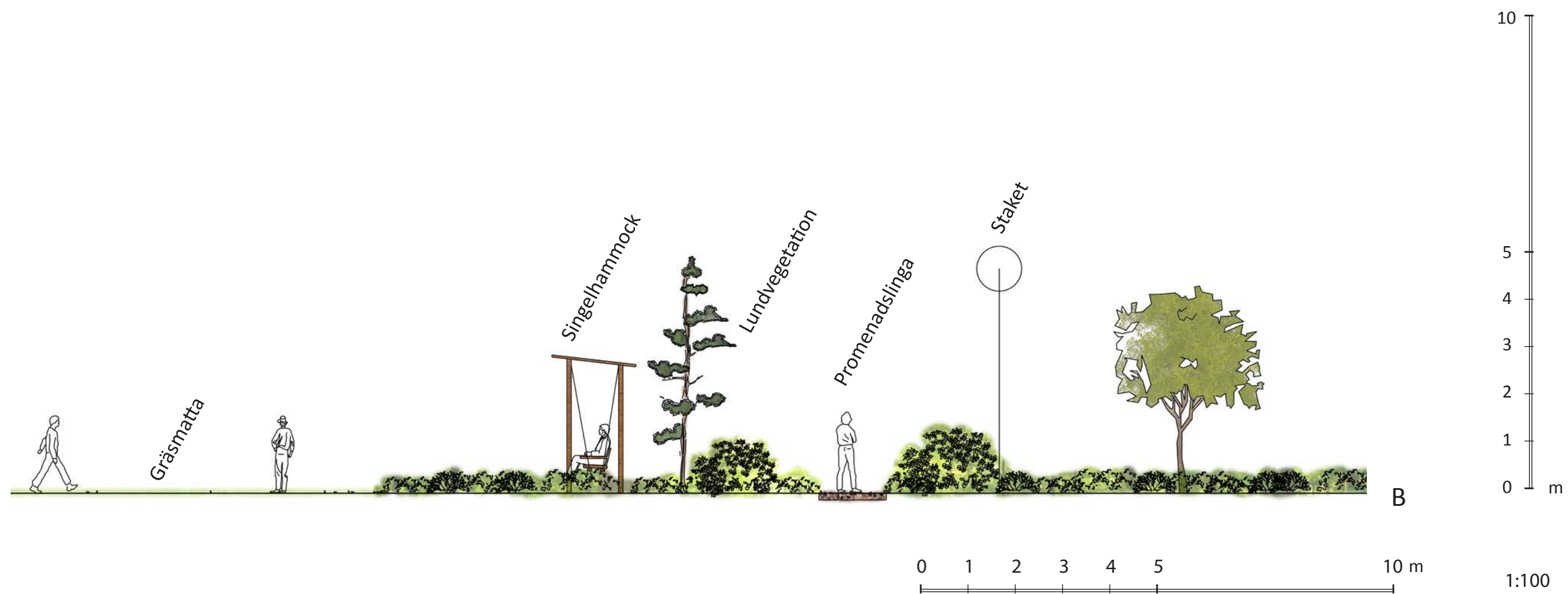
Byggda element i Lunden är singelhammockar och träningsområden. Singelhammockarna är bekväma fåtöljer i trä som är upphängda under ett väderskyddande tak. Parallellt med promenadstråket finns en hinderbana. Personer som väljer att träna på rastgården kan träna i

hinderbanan, springa ett varv par runt gården eller göra övningar i utegymmet.





Snitt som visar rumsbildningarna vid utegymmet och singelhammockarna. Det ger även en uppfattning av vegetationens höjd och de rumsliga storlekarna på rastgården.



DISKUSSION

Är rastgården på Saltvik utformad så att den får en positiv inverkan på de intagnas välmående? Finns förutsättningar för att den ska uppfattas som trygg och säker av de intagna och kriminalvårdare? Det som talar för detta är att den övervägande gröna och naturinspirerade gestaltningen svarar upp mot de slutsatser som presenterades i litteraturgenomgången där fördelarna av en grön och naturlig miljö var genomgående. Den vilda naturen förordas starkast i litteraturen som välgörande miljö. På grund av att jag tillsammans med en naturlig miljö även prioriterade variation i funktioner och rumslighet högt så valde jag bort att lyfta in vild natur på platsen. Som en kompromiss för att uppnå flest önskade effekter valde jag att designa områden med rumsliga karaktärer som inspireras av olika naturtyper. På så sätt inrymmer gestaltningen både rumsliga karaktärer av olika slag och en varierad naturinspirerad miljö. Grönskan och dispositionen av rastgården är utformad med utgångspunkt i en miljö där biologiska behov tillgodoses, en överblickbar miljö med “skydd i ryggen”, en läsbar miljö och en miljö med vatten.

Reflektion över metoder

I arbetet utförde jag en litteraturundersökning med fokus på två huvudområden, bevis för välgörande grönska och designtankar om välgörande utemiljöer. Jag fann att undersökningen bildade en god bakgrund till arbetet och att det gav mig stöd och ledning i tankar kring hur människor påverkas av gröna miljöer och hur de kan utformas. Jag upplever delvis att denna del av undersökningen blev väl omfattande i förhållande till gestaltningsförslagets omfattning och detaljering. Detta berodde på att det dröjde innan det blev klart vilken plats jag skulle kunna gestalta vilket fördröjde starten av gestaltningsprocessen.

Vidare stödjer jag min gestaltning i tre referensexempel. Halden fengsel är det enda exempel på god utemiljö i högsäkerhetsanstalter som jag kommit i kontakt med vilket gjorde anläggningen till en given plats att sutdera. Jag kunde inte hitta någon vidare beskrivning av den gestaltade utemiljön mer än de artiklar jag läst som beskriver miljön på hela fängelset och talar om att de har låtit den vilda blåbärsskogen dominera miljön även innanför murarna. Jag har däremot tagit del av bilder som visar delar av utemiljön, jag skulle ha ansträngt mig mer för att få tillstånd att publicera dem då det skulle bidra mycket till förståelsen av platsen. Jag har ringt till Halden fengsel för att fråga om utemiljön och se vilka möjligheter det fanns till ett studiebesök. De bad mig att maila mina frågor och jag hann tyvärr inte få något svar från dem innan kursen avslutades. Källan till Halden fengsel som jag hänvisar till i arbetet är en av flera jag tagit del av. Jag valde denna artikel för att den målade och gediget beskriver hur det upplevs att vara på Halden fengsel och jag bedömde att bilden denna enda källa målade upplevdes trovärdig och ärlig. Att jag valt att hänvisa till endast en källa som är skriven av en författare sänker dock trovärdigheten på innehållet. Trots detta upplever jag att jag har dragit en god lärdom ur exemplet.

De andra två exemplen, Alnarps terapiträdgård och Gröna Rehabs trädgård är två exempel av trädgårdar med liknande användning och designtankar. Däremot är de i olika skalor vilket gör att uttrycket av tankarna ser olika ut i de båda exemplen. Detta har givit mig inspiration i hur jag skulle kunna utforma den nya rastgården som har en skala mitt emellan de båda exemplen. Att rehabiliteringsträdgårdarna tar emot människor med stressrelaterad ohälsa och inte människor som är dömda

att avtjäna ett fängelsestraff är problematiskt i bedömningen i om det är relevanta exempel att förhålla sig till i utformningen av en ny rastgård på Saltvik. Min bedömning är att de behov källorna beskriver gällande deltagarna som kommer till rehabiliteringsträdgårdarna gäller även för de intagna på fängelseanstalter. Det handlar i huvudsak om att erbjuda platser för olika sorters aktiviteter och plats för olika grad av socialt engagemang samt olika grad av sinnligt stimuli.

En plats som jag kom i kontakt med under min utredning som jag försökte finna tillräckligt mycket information för att kunna använda som referensexempel var Rättspsykiatri i Göteborg. De har en välutformad utemiljö med inriktning mot grön rehabilitering i den del av avdelningen där människor är tvångsintagna och förvaras mot sin vilja. Det skulle ha varit särskilt intressant att ha denna miljö som referensobjekt då de personer som vistas där likt intagna på fängelseanstalter är frihetsberövade. Det skulle ha varit spännande att se om gestaltningen var utformad på ett avvikande sätt i förhållande till de övriga exemplen. Jag har varit i kontakt med Rättspsykiatri och planerade att besöka dem och Gröna Rahab för att se, analysera och uppleva två platser med omtalat goda gröna miljöer. Resan ställdes däremot in på grund av tidsbrist då det är en lång resa från Sundsvall och jag bedömde att jag inte skulle hinna lämna in arbetet i tid om jag åkte. Jag hittade tyvärr inte tillräckligt med material för att kunna ha med Rättspsykiatri som ett referens projekt i arbetet trots att jag försökte.

Intagna som brukargrupp

Jag har under hela arbetets gång försökt att forma en bild av vilka de intagna är som en brukargrupp för att ringa in deras behov

samt möta dem i gestaltningsförslaget. Jag är inte tillfreds med någon tydlig bild av de intagna som grupp, men det jag har landat i är att det är en så pass divers grupp att jag faller tillbaka på vad statistiken säger om ålder, straffets längd och den psykiska press som finns bland de intagna. Vidare har jag läst olika beskrivningar av hur det kan vara att sitta fängslad i svenska fängelser både tidningsartiklar författade av journalister efter intervju och personer som själva avtjänar och har avtjänat fängelsestraff. Dessa berättelser skiljer sig markant åt från anstalt till anstalt och från person till person. Det finns jargonger på olika anstalter och den enskilda personens förhållanden utanför anstalten påverkar denne i stor grad och den egna självbilden är avgörande. Därför återgav jag den statistiska information jag kunde hitta och antog vidare att de intagna, liksom alla människor, föredrar och uppskattar vissa utemiljöer mer än andra och att de har behov av miljöer som inspirerar till olika sorters aktivitet.

Rum för olika behov

Rastgården erbjuder rum för personligt engagemang. Det finns rum för grupper av olika storlek att umgås och det finns plats för individer som vill vara själva och dra sig undan. På grund av att gruppen som brukar rastgården är upp till 30 personer stor och för att den ska kunna övervakas från vaktbåset så har det potentiella behovet av att erbjuda en lämplig plats för hela gruppen samt en avskild plats för en individ varit svåra att tillgodose. Vid behov av att samla en grupp av 30 personer på rastgården skulle gräsmattan kunna fungera väl både om gruppen vill stå eller sitta ned, det skulle gå att samla gruppen på trädäckets också om de kan sitta både på bänken och på trädäckets. Det finns även platser som är anpassade för att individer ska kunna vistas där själva, främst

singelhammockarna men även hängmattorna är anpassade för en person som vill vara på en mer avskild plats. Platser som lämpar sig för en mindre grupp om 3 till 7 personer är träddeckets och det hängande träddeckets, i och vid växthuset, hängmattorna, ängen och gräsmattan. Trots att det finns platser som är särskilt lämpade för en eller flera personer så påverkas användningen av rastgården i stor utsträckning av hur de som vistas på gården använder den.

Grahn pratar om olika behov av platser beroende på vilket behov man har av att uttrycka sig. Han nämner fyra olika steg i sin behovspyramid: inåtriktat engagemang, emotionellt deltagande, aktivt deltagande och utåtriktat engagemang (Grahn & Ottosson 2010, s. 63). Inåtriktat engagemang och emotionellt deltagande ges en mer naturlig plats på de ovan nämnda platserna, aktivt deltagande och utåtriktat engagemang har en mer naturlig plats i utegymmet, på gräsmattan och på träddeckets. Dessa platser är mer exponerade och inrymmer större grupper av människor.

Alltså erbjuder rastgården rum för en bredd av aktivitet och behov, men användningen och funktionen styrs av hur personerna på platsen använder den, därmed kan samma plats uppfylla olika syften beroende på hur den används. I och med att rastgården erbjuder olika former av engagemang ökar förutsättningen för att utemiljön ska upplevas som välgörande bland intagna och kriminalvårdare.

Om att tillvarata önskemål

De tre högst prioriterade inslagen på rastgården är promenadslinga, gräsmatta och en generös sittplats under tak. Detta speglar i första hand de önskemål som kommit från Saltviks

anstalt, men de ger också möjligheter till olika sorters aktiviteter. Både Grahn, Gröna Rehab och Alnarps terapiträdgård talar om vikten av att erbjuda aktiviteter som svarar mot människans behov vilket de tre ovan nämnda inslagen gör. Med tanke på den begränsade ytan och de begränsningar som finns för utformningen så erbjuder rastgården trots allt en god bredd av aktiviteter och upplevelser. Till exempel så bidrar den stora volymen växtmaterial med en bred och föränderlig upplevelse av färg, form, doft, ljud, textur och rumslighet under året. De fasta elementen på gården erbjuder i första hand sittplatser, men det lutande taket på träddeckets och växthuset erbjuder väderskydd och utegym och hinderbana ger möjlighet till träning. Gångvägar gör att man känner sig trygg på platsen för att de visar hur platsen kan användas och leder människor på vägen. Rastgårdens olika delar svarar på olika sätt mot de egenskaper människor uppskattar och upplever vara rehabiliterande i en utemiljö enligt Kaplan, Kaplan och Ryan (1998), men de svarar framförallt mot de intagnas behov av meningsfull användning av platsen, och på så sätt till att bidra till ett ökat välmående.

De intagnas deltagande och inflytande över rastgården

De intagna har ej varit delaktiga i utformningen av gestaltningsförslaget till den nya rastgården, men med gestaltningsförslaget som grund skulle de kunna utveckla idéer inom dess ramar. Till exempel placering av växter, utformning av möbler eller träningsredskap i utegymmet. De skulle kunna hjälpa till med plantering av lökar, buskar, perenner och träd. På anstaltens snickeri skulle trädäcken, den långa bänken och singelhammockarna kunna snickras. Arbetet skulle kunna vara

en valbar sysselsättning för de intagna och likaså skötseln av rastgården. Till följd av att rastgårdens funktion ska bibehållas och för att lösa föremål bör undvikas av säkerhetsskäl så är det i princip omöjligt att ha inflytande över den färdigställda rastgårdens utformning enligt gestaltungsförslaget. Den möjlighet som skulle finnas att påverka innehållet på rastgården är på odlingslotterna för de intagna med självhushåll och odling i växthuset för samtliga intagna. Om det finns intagna som arbetar med skötseln av rastgården så skulle de genom skötseln av platsen kunna påverka intrycket av rastgården, men inte dispositionen.

På grund av den starkt begränsade möjligheten att påverka rastgårdens utformning då den står klar (om den anläggs enligt illustrationsplanen) tror jag att det skulle vara värdefullt om det fanns större möjlighet för de intagna att påverka innehållet, till exempel genom att vara med i anläggandet av rastgården. De intagna skulle på så sätt kunna få en starkare känsla av att rastgården är deras och att den tillhör dem. Att ge de intagna möjlighet att vara delaktiga och engagera sig skulle i enighet med Folkhälsomyndighetens (2015) slutsatser vara hälsofrämjande. Myndigheten beskriver att människors delaktighet och inflytande är “en av de mest grundläggande förutsättningarna för folkhälsan” (Folkhälsomyndigheten 2015). Därmed bör tillfället att engagera och involvera de intagna i anläggningen, skötseln och användningen av rastgården tas till vara i så stor utsträckning som möjligt.

De intagnas upplevelse av att vara en del av platsen och ha rätt till den tror jag förstärks av hönsen och fiskarnas närvaro, de är i behov av de intagnas skötsel för att överleva vilket kan göra att de känner sig behövda. Vidare ger träd och buskar som får frukt och

bär möjlighet för de intagna att skörda, äta och förädla dem vilket också ger en känsla av ägande, inflytande och deltagande.

Miljö och djurliv

Den nya rastgården har ett till största delen lokalt omhändertagande av dagvatten, detta innebär att regnvattnet som faller på och rinner över rastgården i huvudsak infiltreras inom rastgården (det vatten som ej infiltreras inom rastgården avvattnas mot nordväst där det fortsatt kan infiltrera eller ansluta till dagvattennätet). Lokalt omhändertagande av dagvatten har flera positiva effekter, det belastar inte dagvattennätet vilket utgör en kostnad både i anläggning och i avgift från reningsverket och ytterligare kostnader för bevattning av grönområden besparas vilket är ett behov som skulle öka om större delar av ytan var hårdgjord.

På grund av anstaltens effektiva rymningshinder har möjligheten för vilda djur så som rådjur, ekorrar och rävar att ta sig in på området effektivt hindrats. För att öka upplevelsevärdet av en levande plats där djur trivs och bidrar med visuellt och audiellt liv så har växter som attraherar de djur som kan flyga planterats på rastgården. Den norrländska ängens gräs och örter, träd, buskar och perenner lockar fjärilar och insekter till gården. Fåglar trivs med att gömma sig i snåriga buskage, men på grund av säkerhetsrisk och trygghetsupplevelsen har dessa karaktärer undvikits på rastgården. Det finns istället ett bryn för fåglar väster om rastgården. Därtill uppskattar fåglar att ta del av höstens bär och frukter, dessa mognar både i Ängsträdgården och i Lunden.

De gestaltade inslagen av djur på rastgården är höns som bor öster om växthuset och fiskar i dammen. Jag tror, i linje med Alnarps terapiträdgård (Ottosson & Grahn 2010) och Gröna Rehab (Larsson 2010), att det är en positiv upplevelse att ta hand om djur. Hönsen kan både vara roliga att se på när de går runt och pickar i sitt hägn och mysiga att höra när de kacklar. Fiskarna i dammen är en stilig guldfisksort som är vackra och sköna att vila ögonen på.

Saltviks nya rastgård jämfört med befintliga rastgårdar

Den största skillnaden mellan gestaltungsförslaget för Saltviks nya rastgård och övriga rastgårdar på fängelseanstalter som jag kommit i kontakt med är att de har en markbeläggning som till största del är hårdgjord. Den hårdgjorda ytan ger ett platt och rumsligt öppet intryck, detta gör att det är svårt att dra sig undan om man vill vara ifred och begränsar starkt användningen av platsen jämfört med en plats som har rumsliga indelningar av till exempel växtmaterial. Ytterligare en stor skillnad som följer av detta är stimulansen genom intryck. Den stora mängd växtmaterial som föreslås på Saltviks nya rastgård är för att kunna stimulera alla sinnen på ett varierat och positivt sätt. Den gröna miljön gör att de intagna kan vila från den riktade uppmärksamheten genom att uppleva den gröna miljön. Det blir dessutom ett mycket behagligare mikroklimat på en plats med en majoritet av grönska gentemot en plats med majoritet av hårdgjord mark. Därtill erbjuder förslaget till Saltviks nya rastgård en bredd av platser och element som är anpassade efter de intagnas reella och potentiella behov av till exempel promenadstråk, utegym, sittplatser under tak, hängmattor och singelhammockar. Detta kan jämföras med befintliga rastgårdars relativa innehållsfattighet och hur de används.

Om en ny rastgård i stil med den gröna miljö som föreslås i gestaltningsförslaget skulle anläggas skulle det vara intressant att undersöka om de intagnas välmående påverkas. Det skulle därtill vara intressant att se om det skulle vara någon skillnad i användning och social aktivitet i den mjuka jämfört med den hårda miljön. Detta har naturligtvis inte varit möjligt att undersöka inom ramen för detta arbete.

Fördom om hur de intagna använder utemiljön

Mitt övergripande intryck av beskrivningen av de intagnas beteende i utemiljön (som jag har fått från personal jag varit i kontakt med i kriminalvården och i diverse samtal från de personer jag varit i kontakt med privat) är att de räknas som benägna att vandalisera miljön. Jag har reagerat på och reflekterat mycket över detta då jag upplever att människor betar sig så väl som det förväntas av dem.

Samtidigt som utemiljöns utformning påverkas av vilken förväntan som finns för hur de intagna kommer att bete sig i den så handlar det också om en säkerhetsfråga vilka möjligheter den ger. Det är en avvägning vilka material och konstruktioner som fungerar och är värda att investera i, i förhållande till risken som föreligger att de blir vandaliserade och/ eller kan komma att användas som tillhyggen. De intagna påverkas av hur miljön är utformad och hur personalen förväntar sig att de ska bete sig. Detta finns möjlighet att påverka inom kriminalvårdens arbete, men de intagna påverkas också i stor utsträckning av varandra. Det är svårare att påverka deras förväntningar då de inte svarar mot någon arbetsgivare och den fria viljan är så högt upphöjd i Sverige att de förväntar sig att kunna välja själva vad de gör och hur de betar sig.

Här finner jag det mycket intressant att se hur väl det fungerar att använda vanliga möbler och vardagsnära miljöer och material på Haldens högsäkerhetsfängelse i Norge. Där visar miljön och personalen på en förväntan att varje individ gör sitt bästa och att de uppför sig i miljön. Det har fungerat åtminstone de fem första åren. Att de intagna skött sig så väl på Halden fängelse beror givetvis på en kedja av omständigheter, men jag tror att fängelsets aktiva arbete med ett dynamiskt säkerhetssystem där personalen befinner sig nära de intagna i kombination med den omsorgsfullt utformade miljön som planerats med målet att varje intagen ska lättas från psykisk press och mötas av ett intryck så nära ett fritt samhälle som möjligt är kärnan i deras goda arbete och fina resultat.

Rastgårdar stigmatiserade?

Den klassiska bilden av fängelsegårdar som målas upp i amerikanska filmer med en asfaltsgård som innehåller en streetbasketplan och är omgiven av höga staket och taggtråd tycks vara rådande även i Sverige. Jag syftar främst på att den råder för gemene man, men under arbetets gång har jag börjat undra om det gäller även för yrkesverksamma inom Kriminalvården. Vidare har jag reflekterat över de intagnas förhållanden i rastgårdar på svenska anstalter. Som en del av mitt undersökande arbete ringde jag och pratade med sex stycken svenska förstaklassanstalter och frågade hur deras rastgårdar var utformade och hur de användes, vad som var uppskattat i miljön och vilka förbättringar de skulle vilja se i dem. Utformningen och användningen var likartad på samtliga rastgårdar, de var till största del hårdgjorda, det fanns en basketkorg och den vanligaste aktiviteten var att promenera runt gården. Det som förvånade mig mest i samtalen var de

idéfattiga svaren på frågan hur rastgården skulle kunna förbättras. Jag förvånades för att det tycktes som att samtliga av dem jag talade med tyckte att förhållandena på gården var undermåliga för människor vars enda utemiljö var den de beskrev och att de inte beskrev en miljö som de själva skulle vilja vistas i utan föreslog till exempel fler sittplatser. Jag har reflekterat över detta och min slutsats är att det är svårt att bryta med den rådande föreställningen av en plats. Till exempel har förstaklassanstalter ett långt framskridet säkerhetsarbete och säkerheten ökar om det till exempel inte finns vegetation som man kan gömma saker i, därmed räknas möjlighet till vegetation snabbt bort. En kommentar som gav mig vatten på kvarn var i samtal med en anstaltspersonal som skulle ta reda på de intagnas önskemål åt mig. Personen sade vid ett tillfälle ungefär ”jag har bara fått höra oseriösa förslag som swimmingpool hittills, men jag återkommer när jag har fått seriösa förslag”. Jag tror att om vi vill se en förändring till det bättre i utemiljöer på våra fängelseanstalter så måste vi låta alla önskemål och möjligheter vara godkända i ett tidigt skede i en process, annars kommer vi bara att fortfatta anlägga asfaltsöknar med en basketplan till frihetsberövade individer som endast har rätt till en timmes utomhusvistelse om dagen.

Ett undantag i telefonintervjuerna var en otroligt insiktsfull fängelsechef i den norra delen av Sverige som var inne i en ombyggnadsprocess av sina rastgårdar. När chefen gav förslag på vad som kan vara viktigt att tänka på i utformandet av en rastgård sammanfattade den i princip litteraturen jag tagit del av på två minuter. Jag gläds åt att denna fängelsechef är så insiktsfull och hoppas att personer som har kapacitet och insikt som denna får inflytande över hur nya och befintliga rastgårdar kan komma att utformas i framtiden.

Saltviks nya rastgård och framtidens rastgårdar

Jag hoppas att detta arbete kan bidra till att öppna ögonen för att rastgårdar med hög säkerhetsklass kan utformas så att de kan påverka de intagnas välmående positivt. Tack vare att förslaget är anpassat till en verklig anstalt så underlättas förståelsen av möjligheterna som finns att utforma rastgårdar till välgörande utemiljöer i framtiden. Som jag var inne på i föregående avsnitt så finns många befintliga, hårda rastgårdar med en streetbasketplan och att det är lätt att fortsätta fatta beslut som är i linje med tidigare fattade beslut om att fortsätta att anlägga dem så. Jag föreställer mig att om de personer som beslutar om investeringar i utformningen av rastgårdar skulle få se alternativa förslag på utformning som på vetenskaplig grund skulle kunna påverka de intagna positivt och få se vilken nytta detta skulle kunna innebära för samhällsekonomin, då skulle de lägga sin budget annorlunda. Haldens fängsel är ett sådant exempel, varje intagen kostar per tidsenhet tre gånger så mycket att förvara på Halden fängsel än snittet för en amerikansk anstalt, däremot betalar de totalt sett mindre för att hantera personerna som dömts till fängelsestraff då de återför sina intagna till samhället snabbare och har mindre andel som återfaller i brott än de amerikanska anstalterna (Benco 2015).

Tillämpning av fängelselagen

I fängelselagen föreskrivs bland annat att de intagna ska visas respekt för sitt människovärde och visas förståelse för de ”svårigheter som är förenade med frihetsberövandet” (FÄL 2010:610 1 kap. 4 § 2010). Vidare bestämmelser är att de intagna ska förberedas för att återvända till samhället, att de intagna ska kunna påverka sina förhållanden under frihetsberövandet,

att de ska erbjudas sysselsättning och att de ska ges möjlighet att aktivera sig fysiskt och utöva fritidssysselsättningar. I en jämförelse mellan en typisk rastgård på en förstaklassanstalt och gestaltungsförslaget för Saltviks nya rastgård svarar den senare väsentligt bättre mot lagens ord.

De svårigheter som är förenade med frihetsberövandet medför bland annat ett behov av att få dra sig undan och vara i fred, eller ett behov av att känna igen sig eller något i miljön. Gestaltungsförslaget erhåller en bredd av platser som kan svara mot dessa behov, både plats att få vara ifred och material eller platser som inger trygghetskänsla. Fängelsevistelsen ska även underlätta för den intagne att återinfinna sig i samhället. Den dynamiska miljön i gestaltungsförslaget skulle kunna bidra till detta då den är vardagslik och kan underlätta social interaktion. Vidare bestämmelse om att de intagna ska erbjudas sysselsättning kan tillgodoses av den gestaltade rastgården både i anläggning och skötsel av densamma. Även miljöer för fysisk aktivitet och övriga fritidsaktiviteter som exempelvis läsning eller odling inspirerar miljön i förslaget till.

KÄLLOR

Litteratur

- Appelton J. (1996). *The Experience of Landscape*. Rev. ed. Chichester : Wiley.
- Clare Cooper M. & Naomi A S. (2013). *Therapeutic Landscapes : An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces*. Wiley.
- Cooper Marcus C. & Barnes M. (1999). *Healing Gardens : Therapeutic Benefits and Design Recommendations*. New York ; Chichester : Wiley.
- Grahn P. & Ottosson, Å. (2010). *Trädgårdsterapi : Alnarpsmetoden : att ta hjälp av naturen vid stress och utmattning*. Stockholm : Bonniers Existens.
- Grahn P. (1997). *Ute på dagis : hur använder barn dagisgården? : utformningen av daghemsgården och dess betydelse för lek, motorik och koncentrationsförmåga*. Hässleholm : Norra Skåne Offset.
- Kaplan R. & Kaplan S. (1989). *The Experience of Nature : a psychological perspective*. Cambridge : Cambridge Univ. Pr.
- Kaplan R., Kaplan S. & Ryan R. L. (1989). *With People in Mind : Design and Management of Everyday Nature*. Washington, D.C. : Island Press.
- Kellert S. R. & Wilson E. O. (1993). *The Biophilia Hypothesis*. Washington, D.C. : Island Press
- Larsson, E-L. (2010). *Gröna Rehab : Göteborgs botaniska trädgård*. Göteborg : Göteborgs botaniska trädgård.
- Lokrantz Stigson, A. (2000). *På besök i utemiljön vid fängelser*. Examensarbeten inom landskapsarkitekturprogrammet, 2000:29.
- Marcus C. C. & Sachs N. A. (2013). *Therapeutic Landscapes : An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces*. Wiley.
- Moore E. O. (1982). *A Prison Environment's Effect on Health Care Service Demands*. Ingår i: Journal of Environmental Systems. Vol. 11, Issue 1, pp. 17-34.
- Svenska Akademien (2006). *Svenska akademiens ordlista över svenska språket*. 13 uppl. Stockholm : Svenska akademien.
- Ulrich R. (1984). *View through a Window may Influence Recovery from Surgery*. Ingår i: Science, April 27, 1984, Vol. 224, p.420(2) [Peer Reviewed Journal].

Internet

- American Horticultural Therapy Association (2016). Tillgänglig: <http://ahta.org/horticultural-therapy>. Hämtad 24/5 2016.
- Benco J. (2015). *The Radical Humaneness of Norway's Halden Prison : The goal of the Norwegian penal system is to get inmates out of it*. <new York Times. Tillgänglig: http://www.nytimes.com/2015/03/29/magazine/the-radical-humaneness-of-norways-halden-prison.html?_r=0. Hämtad: 29/4 2016.
- Folkhälsomyndigheten (2015). *Delaktighet och inflytande i samhället*. Tillgänglig: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/amnesomraden/livsvillkor-och-levnadsvanor/folkhalsans-utveckling-malomraden/delaktighet-och-inflytande-i-samhallet/>. Hämtad 25/5 2016.
- Grebovic M. (2001). *Frihetsberövandet : Upplevelser av inlåsnigen*. Tillgänglig: <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordId=1355193&fileId=1355194> . Hämtad: 27/4 2016.
- Kriminalvården 1 (uå.). *Arbete, studier och behandling*. Tillgänglig: Tillgänglig: <https://www.kriminalvarden.se/for-domd-eller-haktad/domd-till-fangelse/arbete-studier-och-behandling/>. Hämtad 15/2 2016.
- Kriminalvården 2 (uå.). *Kriminalvårdens uppdrag*. Tillgänglig: <https://www.kriminalvarden.se/om-kriminalvarden/kriminalvardens-uppdrag/>. Hämtad 15/2 2016.
- Kriminalvården 3 (uå.). *Om kriminalvården*. Tillgänglig: <https://www.kriminalvarden.se/om-kriminalvarden/> Hämtad 15/2 2016.
- Kriminalvården 4 (uå.). *Statistik och fakta*. Tillgänglig: <https://www.kriminalvarden.se/forskning-och-statistik/statistik-och-fakta/>. Hämtad 15/2 2016.
- Kriminalvården 5 (uå.). *Säkerhet*. Tillgänglig: <https://www.kriminalvarden.se/fangelse-frivard-och-hakte/fangelse/sakerhet/> Hämtad 15/2 2016.
- Kriminalvården 6 (uå.). *Säkerhetsklass*. Tillgänglig: <https://www.kriminalvarden.se/fangelse-frivard-och-hakte/fangelse/sakerhetsklass/>. Hämtad: 15/2 2016.
- Kriminalvården 7 (uå.). *Andlig vård*. <https://www.kriminalvarden.se/behandling-och-varld/andlig-varld/> . Hämtad 29/4 2016.

Lagtext

SFS 2010:610. Fängelselag.

Bildkällor

Sida 9, rakbladstråd. Källa: <https://pixabay.com/en/barbed-wire-wire-court-security-765484/>.

Sida 10, fjäril. Källa: <https://pixabay.com/en/butterfly-orange-purple-plant-1250863/>.

Sida 13, skor i gräs. Källa: <https://pixabay.com/en/handmade-sneakers-colorful-painted-791693/>.

Sida 14, kottar. Källa: <https://pixabay.com/en/canada-tree-nature-park-forest-1330187/>.

Sida 15, blå berg. Källa: <https://pixabay.com/en/l%C3%BCner-lake-clouds-mirroring-water-475819/>.

Sida 15, ormbunke Källa: <https://pixabay.com/en/palma-plant-leaves-nature-green-437369/>.

Sida 17, rakbladstråd. Källa: <https://pixabay.com/en/barbed-wire-wire-court-security-765484/>.

Sida 17, skor i gräs. Källa: <https://pixabay.com/en/handmade-sneakers-colorful-painted-791693/>.

Sida 17, fjäril. Källa: <https://pixabay.com/en/butterfly-orange-purple-plant-1250863/>.

Sida 18 & 25, landskap i Norge. Källa: <https://pixabay.com/en/norway-of-course-water-243601/>.

Sida 20, hjärta. Källa: <https://pixabay.com/en/heart-medical-bless-you-disease-1222517/>.

Sida 21, grönska. Källa: <https://pixabay.com/en/bear-s-garlic-forest-plant-323119/>.

Sida 28, skogsstig. Källa: <https://pixabay.com/en/ash-leaf-maple-trees-canadian-trees-1374864/>.

B I L A G A

Växtförslag

Välkomnande perennhav

Buskar

Buddleja davidii – buddleja

Perenner

Agastache 'Blue Fortune' – anisisop

Anaphalis triplinervis – ulletenell

Angelica gigas – rödkvanne

Artemisia ludoviciana – vitmalört

Astrantia major – stjärnflocka

Bistorta affinis 'Superba' – bergormrot

Bistorta amplexicaulis – blodormrot

Calamagrostis brachytricha – diamantrör

Calamagrostis x acutiflora 'Karl Forester' – tuvrör

Calamagrostis x acutiflora 'Overdam' – tuvrör

Deschampsia cespitosa 'goldschleier' – tuvtåtel

Eremurus robustus – jättestäppilja

Eryngium giganteum – silvermartorn

Eupatorium maculatum 'Atropurpureum' – fläckflockel

Gypsophila paniculata – brudslöja

Heuchera micrantha – rödbladi

Knautia macedonica – grekvädd

Lavandula angustifolia 'Dwarf Blue' – lavendel

Limonium platyphyllum – silverrisp

Lyrhrum salicaria – fackelblomster

Miscanthus sinensis 'Nishidake' – glansmiskantus

Molinia caerulea ssp. arundinacea 'Transparent' – jättetåtel

Monarda 'Beauty of Cobham' – temynta

Pennisetum glaucum 'Purple Majesty' – pärlhirs

Salvia nemorosa – stäppsalia

Sanguisorba officinalis – blodtopp

Sedum matrona – kärleksört

Stachys byzantina 'Silver Carpet' – lammöra

Valeriana officinalis – läkevänderot

Veronicastrum veronicum – kransveronica

Lökar

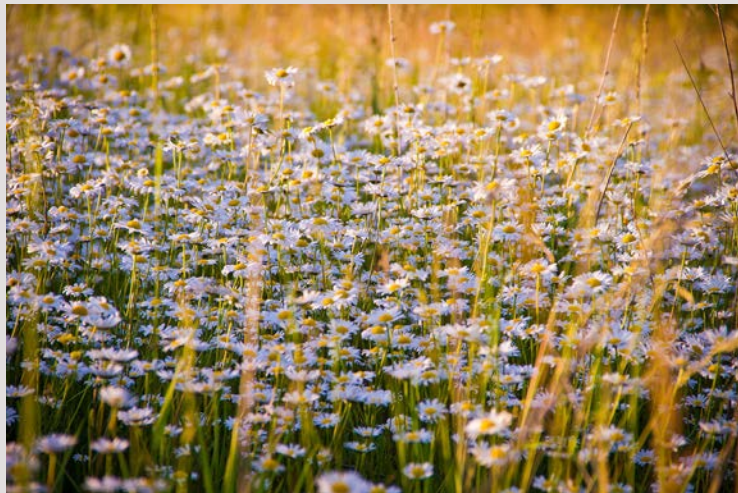
Allium cernuum – prärielök

Allium schoenoprasum – gräslök

Crocus speciosus – höstkrokus

Galanthus nivalis – snödroppe

Scilla bifolia – tidig blåstjärna



Ängsträdgården

Träd

Malus domestica 'Aroma' – äpple

Pyrus communis 'Olga' – päron

Prunus domestica 'Czar' – plommon

Prunus avium 'Fyrksås' – sötkörbär

Äng gräs

Agrostis capillaris – rödven

Anthoxanthum odoratum – vårbrodd

Bromus hordeaceus – luddlost

Poa alpina – fjällgröe

Deschampsia flexuosa – kruståtel

Festuca ovina – fårsvingel

Festuca rubra – rödsvingel

Äng örter

Achillea millefolium – rölleka

Campanula rotundifolia – liten blålocka

Centaurea jacea – rödklint

Dianthus deltoides – backnejlika

Geranium sylvaticum – midsommarblomster

Hieracium pilosella – gråfibbla

Hieracium cymosum – kvastfibbla



Hieracium umbellatum – flockfibbla

Hypericum maculatum – fyrkantig johannesört

Knautia arvensis – åkervädd

Leucanthemum vulgare – prästkra

Plantago media – rödkämpar

Potentilla crantzii – vårfingerört

Rhinanthus minor – ängsskallra

Rumex acetosa – ängssyra

Silene dioica – rödblära

Silene vulgaris – smällglim

Solidago virgaurea – gullris

Lökar

Crocus speciosus – höstkrokus

Scilla bifolia – tidig blåstjärna

Vid dammen

Perenner

Alchemilla glaucens – sammetsdaggekåpa

Alkemilla mollis – jättedaggekåpa

Anemone rivularis – bäckanemon

Astilbe Japonica-gruppen 'Deutschland' – sort av silverastilbe

Astilbe Thunbergii-gruppen 'Professor van der Wielen' – sort av höstastilbe

Filipendula ultima – älggräs

Geum rivale – humleblomster

Hemerocallis fulva – brunröd daglilja

Hemerocallis liliosaphodelus – gul daglilja

Hemerocallis middendorffii – orangegul daglilja

Iris sibirica – strandiris

Lysimachia nummularia – penningblad

Matteuccia struthiopteris – strutbräken



Lunden

Träd

Acer platanoides – skogslönn
Betula pendula 'Dalecarlica' E – ornäsbjörk
Larix decidua – europeisk lärk
Pinus sylvestris – tall
Populus x canadensis 'Gigans' – goliatpoppel
Prunus padus 'Colorata' – blodhägg
Sorbus 'Dodong' E – ullungrönn

Buskar

Cornus sanguinea – skogskornell
Lonicera xylosteum – skogstry
Lonicera periclymenum – vildkaprifol
Philadelphus coronarius 'Finn' E – sort av doftschersmin
Ribes aureum – doftrips

Perenner

Alkemilla mollis – jättedaggkåpa
Anemone nemorosa – vitsippa
Anemone tomentosa – silvrighöstanemon
Astrantia major – stjärnflocka

Bergenia cordifolia – hjärtbergenia
Dicentra eximia 'Alba' – sort av furirhjärta
Dicentra formosa – fänrikshjärta
Dicentra spectabilis 'Alba' – sort av löjtnantshjärta
Digitalis grandiflora – gul fingerborgsblomma
Dryopteris filix-mas - träjon
Epimedium x perralchium – sockblomma
Geranium endressii – spansknäva
Geranium himalayense – praktnäva
Geranium macrorrhizum – flocknäva
Galium odoratum – myskmadra
Hepatica transsylvanica – ungersk blåsippa
Heuchera americana – marmoralunrot
Heuchera micrantha – småblommig alunrot
Helleborus niger – julros
Luzula nivea – silverfryle
Matteuccia struthiopteris – strutbräken
Pulmonaria officinalis 'Sissinghurst White' – vitblommande lungört
Scabiosa caucasia – höstvädd
Sesleria autumnalis – höstälväxing
Sesleria heufleriana – vårälväxing
Sesleria nitida – glansälväxing

Vinca minor – vintergröna

Lökar

Crocus vernus 'Flower Record' – vårkrokus
Galanthus nivalis – snödroppe
Lilium martagon – krollilja
Narcissus pseudonarcissus 'Elka' – påsklilja
Scilla bifolia – tidig blåstjärna



Utanför staketet

Träd

Sorbus intermedia – rönn

Buskar

Crataegus laevigata – rundhagtorn
Prunus spinosa – slån
Rosa dumalis – nyponros

